

Setitik

Cahaya

di Balik Kabut 10

Kumpulan

Tulisan

Dr. R. Surya Widya, SpKJ.

Setitik Cahaya di Balik Kabut 10

Kumpulan Tulisan Dr. R. Surya Widya, SpKJ.

Diterbitkan oleh:

Issara.

Jl. Kelapa Kopyor Raya CE2/ 10

Jakarta Utara - 14240

Telp. 021-27353757

Cetakan I, Oktober 2014

Desain & Tata Letak : Aditya W.

Kepada teman-teman yang sudah membaca buku ini atau buku-buku sebelumnya saya mohon untuk sudi memberikan komentar atau pendapat secara bebas, bisa melalui email ke rswidya@yahoo.com, atau melalui message ke r surya widya (di fb), atau tulis surat ke alamat saya. Terima kasih.

PENGANTAR

Buku ini adalah buku ke 10, masih tetap merupakan buku kecil, sama dengan buku-buku sebelumnya. Berhasil menerbitkan buku ke 10 untuk saya merupakan kebanggaan tersendiri, yang tidak bisa dibeli dengan uang. Untuk kesekian kalinya saya mengucapkan terima kasih kepada *facebook*, kepada teman saya Hendry Filcozwei yang telah begitu rajin mengoreksi, terima kasih kepada anak bungsu saya Aditya yang telah meng-*edit* dan *lay-out*, terima kasih kepada ibu Rossana yang telah mencetak dan menjilid, terima kasih kepada teman-teman sekalian yang telah mengirimkan dana penerbitan buku ini.

Saya tidak tahu sampai jilid beberapa buku ini bisa terbit, dan saya yakin teman-teman semua juga tidak tahu. Selamat membaca, jangan marah kalau ada tulisan saya yang tidak berkenan di hati anda, mohon maaf kalau ada yang tersinggung. Sehabis membaca buku kecil ini, semoga wawasan anda semakin luas, hati anda semakin lapang, langkah anda semakin ringan, senyum anda semakin tulus, pikiran anda semakin mantap, semangat anda semakin menggelora dan batin anda semakin bahagia. Semoga.

Jakarta, September 2014
Salam dari penulis,
R. Surya Widya

Daftar isi

	hal.		hal.
1. Sakit	7	34. Sepatu	33
2. Insomnia	7	35. Legowo	33
3. Tempolong	8	36. Akrab	34
4. Pesan Sebelum Mati	9	37. PUISI PERMINTAAN MAAF dari Dokter Indonesia	34
5. <i>Parents Gathering</i>	9	38. Lebih Banyak	36
6. Ambisi	10	39. Jangan Bertanya	36
7. Bukan Malaikat	11	40. Sariawan	37
8. Wajah Atau Paras Muka	11	41. Gemar Korupsi	38
9. Tulisan Perjalanan Hidup	12	42. Bijaksana dan Pengendalian Diri	39
10. Panjang Umur	13	43. Gagal	40
11. Teman Hidup	13	44. Heran	40
12. <i>Sword</i>	14	45. Depresi	41
13. Nila Setitik Merusak Susu Sebelanga	15	46. Paspor Hilang	42
14. 3 D dan Siddharta	16	47. Jadi Dokter	43
15. Jual Beli Jabatan	17	48. Pubertas Kedua	43
16. Perlintasan Sebidang dan Kecelakaan	18	49. Mulut Pahit	44
17. Kurang Darah	19	50. Hukum Penggal Kepala	45
18. Cinta: dari Mata ke Dompok	20	51. Menjadi Siswa Buddha	46
19. Terbaik	21	52. Neraka	47
20. Serangan <i>Stroke</i>	21	53. Tabiat Manusia	47
21. Tahu	22	54. Tidak Siap	48
22. Rumah	23	55. Serbabisa	48
23. Penyembuh	24	56. Api Kecil yang Menjadi Besar	49
24. Dipuji Dua Kali	25	57. Tembok Besar	5
25. ASS (Air Susu Sapi)	26	58. Protes	51
26. Unek-Unek	26	59. Korupsi: Siapa yang Melakukan?	51
27. Derajat Kebahagiaan	27	60. Korupsi: Mengapa?	52
28. Simpanan	27	61. Susaaah	53
29. Diagnosis	28	62. Limfosarkoma	53
30. Degradasi	29	63. Tidak Bahagia	54
31. Suami-Suami yang Tidak Disukai Istri	30	64. Diperbolehkan?	54
32. Indonesia yang "Kaya Raya" dan "Sejahtera"	30	65. Takut Tidak Bahagia	55
33. Istri-Istri yang Tidak Disukai Oleh Suami	32	66. Pek Hoat Moli	56
		67. Tidak Berguna, Tetapi Punya Hari Depan	56
		68. Tidak Berguna, Tetapi Punya Masa Lalu	57

	hal.		hal.
69. Mata	58	109. Duit Seperti Air	86
70. Pertanyaan yang Belum Terjawab	59	110. Empat Cara yang Salah	87
71. Tanpa Beban	59	111. Apa Gunanya?	88
72. Tidak Mau Turun	60	112. Penumpang Gelap	88
73. Pohon Sala	61	113. Tinnitus	89
74. Tidak Salah	62	114. Cita-Cita	90
75. Peran Pemimpin	63	115. Wisata	91
76. Ambisi Jadi Orang Nomor Satu	63	116. Menyela	92
77. Tidak Ramah dan Tidak Sopan	64	117. Sayang Cucu	92
78. Belajar Praktik Hukum	65	118. Jaga Kesehatan Otak	93
79. Merosot	66	119. Usaha Mencegah Kanker	94
80. Singkawang	66	120. Hidung	95
81. Demokrasi yang Mahal	67	121. Sok	95
82. Stroke	68	122. Pesta Kawin	96
83. In Memoriam	68	123. Tantangan	96
84. Tidak Ada yang Kekal dan Abadi	69	124. Senjata Nonkonvensional	97
85. Kehabisan Modal	70	125. Harapan	98
86. Tanpa Restu	71	126. Nalanda	99
87. Muntah-Muntah	71	127. Cukup Satu	100
88. Berdikari	72	128. Masalah yang Bikin Pusing	100
89. Penyakit Baru	73	129. Duta Bahagia	101
90. Makan	73	130. Sebutan	102
91. Keras Kebangetan	74	131. Tidak Tahu	102
92. Mobil Otomatis	75	132. Yang Lebih Banyak Belum Tentu Menang	103
93. Tidak Menghalkalkan Segala Cara	75	133. Mania	103
94. Salah Satu Komentar	76	134. Nyamuk	104
95. Bandel, Bandel, Bandel	77	135. Obat Dewa	104
96. Daun Sirsak Antikanker	77	136. Pelanggaran	105
97. Diet Antikanker	78	137. Ego	106
98. Banjir di Mana-Mana	78	138. <i>Human Trafficking</i>	106
99. Kemana Sesudah Mati?	79	139. Sifat-Sifat Positif	107
100. Sepatu	80	140. Sadar	108
101. Unsur-Unsur	80	141. Alasan yang Salah	109
102. Terjatuh	81	142. Tamu	109
103. Marah Belakangan	82	143. Serigala Berbulu Domba	110
104. Saat Memerlukan Konsultasi	82	144. <i>Egostrength</i>	111
105. Banjir Lagi, Banjir Lagi	83	145. Tuntut Warisan Membunuh Orangtua	111
106. Perasaan yang Berbahaya	84	146. Terpendam	112
107. Psikoanalisa ala Buddhis	85		
108. Raja-Raja Awal Majapahit	85		



Janganlah memperhatikan kesalahan-kesalahan orang lain,
atau hal yang sudah dikerjakan atau belum
dikerjakan oleh orang lain.

Sebaiknya seseorang memperhatikan hal-hal
yang sudah dikerjakan atau
belum dikerjakan oleh dirinya sendiri
(Dh.50)



1. Sakit

Banyak sekali penyebab dari sakit:

- Ada yang sakit karena jorok, malas cuci tangan sebelum makan.
- Ada yang sakit karena digigit nyamuk, bisa malaria, bisa Demam Berdarah Dengue.
- Ada yang sakit karena jengkel dan marah-marah, bisa darah tinggi, serangan jantung atau *stroke*.
- Ada yang sakit karena dendam dan benci, bisa tumor ganas di *nasopharynx* atau *Ca Mammae* atau ditempat lainnya.
- Ada yang sakit karena kebanyakan makan, tubuhnya penuh dengan timbunan lemak, baju tidak muat, kaki tidak kuat.
- Ada yang sakit karena perubahan cuaca, batuk pilek, masuk angin dan sesak napas.
- Ada yang sakit karena cedera, akibat tidak hati-hati di jalan.
- Ada yang sakit karena keturunan, cacat bawaan yang menetap.
- Ada yang sakit karena infeksi virus, bakteri, atau parasit.
- Ada yang sakit karena keracunan logam berat.
- Ada yang sakit karena terkena sinar gelombang pendek atau radiasi nuklir.
- Ada yang sakit karena berbuahnya karma buruk.
- Ada yang sakit demensia (pikun), karena umur sudah semakin tua.

Tidak ada manusia yang tidak sakit, terima saja dengan hati lapang. Janganlah menambah penderitaan karena sakit dengan mengutuk kesana dan kesini, tidak ada gunanya.

2. Insomnia

Dari luar terlihat tidur nyenyak, tetapi yang bersangkutan merasa tidak tidur, bangun pagi dengan tubuh masih terasa pegal-pegal semua, terutama didaerah betis.

Ada orang yang sengaja tidak mau tidur, karena takut besok pagi tidak bangun lagi. Wkwkwk...

Pikiran yang begitu banyak dan aktif, termasuk perasaan yang berkecamuk, membuat orang susah tidur.

Memang ada yang mudah tidur dengan bantuan obat, tetapi lebih banyak yang tidak bisa; akhirnya mengalami ketergantungan terhadap obat tidur.

Ada yang pergi mencari pertolongan ke hipnoterapis, namun tidak semuanya sukses.

Berolahragapun tidak selalu menolong, badan memang lelah, tetapi otaknya tetap aktif, tidak ngantuk sama sekali.

Mungkin yang terakhir adalah mencoba latihan waitangkung secara rutin, siapa tahu bisa menolong!?

3. Tempolong

"Awat, jangan jadi tempolong!" Itu adalah larangan kepada anak-anak kalau ada tamu, maksudnya supaya jangan nguping pembicaraan orangtua dengan tamu tersebut.

Apabila didalam rongga mulut ada riak atau ludah yang cukup banyak, dan tidak mau ditelan, maka yang harus dicari adalah tempolong. Karena di zaman sekarang jarang ada tempolong, maka orang biasa buang riak atau ludah ke tanah, ke got, ke wastafel atau ke lubangWC.

Hati-hati dengan buang ludah sembarangan, karena bisa ditafsirkan sebagai penghinaan oleh orang lain yang menyaksikannya. Di luar negeri, buang ludah sembarangan bisa didenda katanya (kalau ketahuan).

Kalau ada unek-unek yang sudah sangat mengganjal dalam batin, kita juga harus mencari "tempolong" atau tempat untuk curhat: bisa teman dekat, bisa atasan, bisa orangtua, bisa mertua, bisa psikiater, bisa psikolog, bisa dukun, bisa paranormal, bisa altar tempat sembahyang. Kalau salah pilih, unek-unek kita bisa disiarkan keseluruh negeri. Wkwkwk. Dan kalau ditambahkan bumbu sedikit, dunia bisa gempar.

Ketika saya masih kecil, banyak orang tua yang ngunyah daun sirih, plus pinang + kapur, dan pasti ada tempolong di sebelah kursinya, tempat buang ludah.

4. Pesan Sebelum Mati

Sebelum mati Zhou En Lai berpesan agar abu jenazahnya disebarkan ke 5 sungai dan 6 telaga di Tiongkok.

Seorang ibu berpesan agar jenazahnya nanti tidak dimandikan oleh petugas kamar mayat yang laki-laki.

Seorang ayah berpesan, agar toko yang besar untuk anak sulungnya dan toko yang kecil untuk anak bungsunya.

Seorang ayah berpesan agar anak-anaknya bersatu padu, tidak cerai berai dalam segala hal; dengan mengambil contoh sapu lidi.

Ada seorang ibu berpesan, agar sesudah meninggal dunia tidak dipindahkan ke agama lain.

Ada seorang laki-laki berpesan agar jenazahnya dikuburkan disebelah makam istrinya.

Ada penjahat besar yang berpesan agar setelah dihukum mati jenazahnya diserahkan ke fakultas kedokteran buat belajar mahasiswa karena seumur hidupnya ia tidak pernah berbuat kebajikan.

Ada yang disampaikan secara lisan kepada salah satu anaknya, ada yang dicatat dan kemudian diumumkan oleh notaris, ada yang ditulis diatas secarik kertas.

Semuanya sama, yaitu supaya dilaksanakan dan jangan dilanggar sedikitpun.

Kapan akan mati?

Sudah bikin surat wasiat?

Sudah bikin pesan sebelum mati?

5. Parents Gathering

Mumpung belum ada sekolah untuk menjadi orangtua, maka untuk sementara ada baiknya setiap kelompok masyarakat membentuk *Parents Gathering* secara berkala, boleh seminggu sekali, boleh sebulan sekali, atau tiga bulan sekali.

Orangtua yang baru mendengarkan tentang cara-cara membesarkan anak dari para orangtua yang lebih senior. Sudah tentu para orangtua yang lebih senior harus bersedia untuk *sharing*

pengalaman mereka kepada yang lebih muda.

Bila perlu mengundang para ahli seperti pendidik, psikolog atau psikiater, sebagai narasumber. Karena untuk mengundang orang-orang yang kondang itu perlu biaya, maka harus ada kas kecil yang diadakan secara sukarela sesuai dengan kemampuan para peserta.

Membesarkan anak itu ada masanya, kalau sudah lewat maka tidak ada gunanya; ibarat menempa baja harus dilakukan ketika masih panas membara, kalau sudah dingin baja tidak bisa ditempa lagi. Siapa mau?

6. Ambisi

Tanpa ambisi, maka dorongan semangat untuk mencapai cita-cita seperti mobil tanpa pedal gas.

Terlalu banyak ambisi disebut ambisius, cita-cita setinggi bintang, kadang-kadang tanpa peduli kiri kanan, sikut kiri sikut kanan, sampai lupa diri.

Menjadi pemimpin tertinggi memang sangat menyenangkan, duduknya paling depan, gajinya besar, tinggalnya di istana, naik mobil khusus, dikawal 24 jam, semua biaya hidup ditanggung negara, bisa jalan-jalan keluar negeri mengunjungi negara negara sahabat bertemu dengan pemimpin negara lain.

Karena di Indonesia untuk jadi presiden harus melalui pemilihan umum, maka harus pandai-pandai mengambil hati rakyat, supaya dipilih. Di zaman orde baru presiden dipilih oleh MPR, maka harus dipastikan agar sebagian terbesar anggota MPR adalah konco yang 100% akan memilih dirinya. Demokrasi yang eksis adalah demokrasi semu, yang membungkus rapi pemerintah yang bercorak otoriter.

Setiap orang boleh berambisi jadi apa saja, asal dalam perjalanan menuju kesitu dilakukan dengan cara-cara yang benar dan tidak merugikan orang lain maupun diri sendiri.

Pemimpin yang sangat mencintai dan bekerja untuk rakyatnya pasti akan dicintai dan disayangi oleh rakyatnya.

7. Bukan Malaikat

Pada tahun 1987 sesudah pindah kerja dari Rumah Sakit Jiwa Magelang, saya bekerja di Rumah Sakit Jiwa Jakarta di Grogol. Kebiasaan saya untuk mulai kerja 07.30 WIB di Magelang harus dimodifikasi, dimulai lebih siang. Yang ini bukan masalah.

Ada seorang karyawan datang menjumpai saya dan minta surat sehat untuk anaknya ambil SIM, sampai disini juga tidak masalah. Ketika saya tanya orangnya ada dimana, ia menjawab: "Sedang kuliah." Saya menjawab bahwa saya tidak bisa bikin surat sehat kalau tidak pernah memeriksa yang bersangkutan, itu namanya fiktif.

Seketika wajahnya berubah menjadi masam, pergi balik badan dan lalu ia mendekati teman saya, yang juga seorang psikiater, yang lebih senior dari saya. Teman saya ini dengan cepat memberikan surat keterangan sehat sesuai dengan yang diminta oleh karyawan tersebut.

Dalam kasus ini sepertinya saya bukan malaikat, dan teman saya itu yang jadi malaikat.

Setelah itu, karyawan tersebut kalau papasan dengan saya pasti buang muka, tidak pernah mau menegur meskipun bekerja dalam satu ruangan yang sama, sampai saya pensiun pada tahun 2007.

Apakah saya salah?

8. Wajah Atau Paras Muka

Dari sejak awal bertemu, wajahnya kusut masam, tidak ada senyuman sedikitpun.

Wajah, termasuk sinar mata, mencerminkan kondisi batin. Kalau sedang bingung, sedih, takut, tegang, cemas, gemas, semuanya terlihat secara gamblang, bisa terbaca dengan mudah.

Memang sih ada orang yang sangat pandai menyembunyikan kondisi batinnya, namun tidak untuk selamanya.

Setelah berbincang-bincang selama 20-30 menit, memang terbersit senyum minimal di bibirnya.

Orang yang sedang depresi pasti berbeda dengan orang yang

sedang gembira. Yang sedang depresi pasti muram, wajahnya tidak bersinar, rambutnya tidak disisir dengan rapi, mahal senyum, sekali-sekali ada genangan air mata, suaranya perlahan nyaris tidak terdengar, lebih banyak diam. Yang sedang gembira wajahnya berseri-seri, suaranya lantang, bicaranya cepat, senyumannya sering merekah lebar, gerak-geriknya sangat aktif, tidak bisa diam.

Wajah adalah tampilan luar yang perlu diperhatikan, untuk menjaga *image*. Supaya wajah bisa diatur dengan baik, mulailah dengan mengendalikan pikiran dan perasaan, dengan penuh perhatian, kesadaran, dan konsentrasi.

9. Tulisan Perjalanan Hidup

Apa yang kita alami sehari-hari, pengalaman orang demi orang, pasti berbeda, alias tidak sama. Sesungguhnya apa yang kita alami sejak lahir sampai sekarang merupakan hasil tulisan perjalanan hidup kita dari masa lalu. *Twin monozygotic* saja berbeda, apalagi yang lain.

Kita semua mewarisi buah karma masing-masing dari kehidupan yang lalu. Yang menjadi pertanyaan, dari kehidupan yang mana?

Hidup kita ini sudah tidak terhitung banyaknya, mungkin sudah bertriliun kali, lahir-mati, lahir-mati, lahir-mati tiada henti, dan dalam setiap kehidupan pasti kita berbuat sesuatu. Perbuatan yang telah kita lakukan saling tumpang tindih, banyak sekali, sangat sukar untuk dibaca dan diurutkan lagi.

Buah karma buruk mengejar kita tiada henti, tidak mengenal lelah, sebaliknya buah karma baik juga pasti akan kita petik apabila sudah masak. Yang mana akan berbuah lebih dulu, seringkali kita tidak tahu, katanya sudah tertera pada garis tangan kita masing-masing, juga pada bentuk tubuh atau wajah dan sidik jari. Para tukang ramal boleh mencoba untuk membuka rahasia hidup kita ke depan, meskipun belum tentu jitu.

Yang bisa kita lakukan sebetulnya tidak banyak, ikutilah ajaran Buddha. Berhenti berbuat kejahatan, itu artinya ke depan kita tidak

akan hidup menderita akibat berbuahnya karma buruk; banyak-banyaklah berbuat kebajikan, itu artinya ke depan kita akan hidup lebih berbahagia akibat berbuahnya karma baik. Dan supaya semuanya bisa tahan lama, bersihkanlah batin kita dari keserakahan, kebencian dan kebodohan.

Mau menulis perjalanan hidup yang lebih baik lagi?

10. Panjang Umur

Ada berapa cara yang mudah supaya lebih panjang umur:

1. Berhenti makan sebelum kenyang;
2. Berhenti minum sebelum kembung;
3. Berhenti bergadang sebelum kena angin duduk;
4. Berhenti kawin sebelum dengkul kopong;
5. Berhenti ngutang sebelum didatangi *debt-collector*;
6. Berhenti berjudi sebelum bangkrut;
7. Berhenti berolahraga sebelum napas putus;
8. Berhenti marah-marah sebelum kena *stroke*;
9. Berhenti membunuh dan menyiksa semua makhluk meskipun belum masuk neraka;
10. Berhenti injak gas sebelum nabrak orang;
11. Terus bekerja meskipun sudah loyo;
12. Lihat ke kiri dan lihat ke kanan sebelum menyebrang jalan.

Nggak percaya?

11. Teman Hidup

Teman hidup adalah pasangan yang kita pilih sebagai pendamping dalam hidup ini. Teman ngobrol, teman sarapan, teman jalan-jalan, teman tidur, dan teman dalam hal yang lain. Yang penting bukan untuk teman berbuat kejahatan.

Ada yang pilih sendiri, ada yang dikenalkan, ada yang bertemu di dunia maya, ada yang baca di koran, ada yang bertemu di pasar, ada

yang bertemu ketika antri karcis bioskop, ada yang bertemu di kereta, ada yang terjebak, ada yang dipaksa, ada yang kasmaran dulu, ada yang dikasih persekot dulu, dan seterusnya.

Ada yang kumpul kebo dulu, sesudah punya 2 anak baru kawin.
(contoh: Maradona)

Ada yang kawin lari, karena keluarga besar tidak setuju.

Ada yang kawin muda, ada yang kawin telat, dan pasti ada yang kawin "sedang".

Ada yang sampai tua tidak pernah bikin surat kawin, bahkan sampai mati.

Ada yang kawin kontrak, dan ada yang kawin siri.

Kalau cocok, tidak salah pilih, maka hidup ini menjadi lebih genah, lebih enak, lebih nyaman, lebih terurus, lebih *happy*.

Kalau tidak cocok, alias salah pilih, maka hidup ini pasti lebih berantakan, ada yang pisah hidup dan ada yang pisah mati, karena saling menyiksa dan saling membunuh.

Apakah bisa untuk saling memahami, saling mengerti, saling percaya, saling mengalah, saling membantu, dan saling membantu selama puluhan tahun?

Apakah bisa untuk tidak saling memaki, tidak saling menuntut, tidak saling menghina, tidak saling menyalahkan, tidak saling mengalahkan dan tidak saling membunuh?

Kalau tidak mati bareng, pasti salah satu mati terlebih dulu. Sudah siap untuk berpisah?

12. Sword

Kalau kata *word* ditambahkan huruf s didepannya maka akan berubah menjadi *sword*. *Word* adalah kata-kata, sedangkan *sword* adalah pedang.

Kata-kata yang tajam akan menusuk menembus seperti pedang, akan membuat orang lain sakit hati, terluka, pasti menderita batin, dan kalau tidak tahan para karyawan bisa minta berhenti kerja dan

pasangan hidup bisa minta berpisah/bercerai.

Menurut Buddha, kata-kata yang benar adalah kata-kata yang tidak bohong, berguna, beralasan, dan tepat waktu.

Siapa saja yang mengucapkan kata-kata yang tidak benar, yang kasar, yang memfitnah, yang ketus, yang omong kosong, pasti akan menerima akibat buruk dan menderita dikemudian hari. Setelah terlahir kembali menjadi manusia akan buruk rupa dan mengerikan siapa saja.

Untuk belajar berkata-kata mungkin cukup 2 tahun pada awal kehidupan seorang manusia, namun untuk belajar berdiam diri mungkin waktu 40 tahun tidaklah cukup.

Dari mulut seorang istri diharapkan keluar kata-kata yang lembut menyejukkan, bukan ucapan yang kasar, caci maki dan kebun binatang. Ucapan yang ketus dan tajam menyengat dari seorang istri bisa membuat suami malas untuk cepat-cepat pulang ke rumah, ia lebih suka menghabiskan waktu bersama teman-temannya di kantor atau dimana saja.

13. Nila Setitik Merusak Susu Sebelanga

Kita tidak boleh marah kalau orang Jepang menuduh para pejabat kita itu "pencuri", karena memang ada yang suka menggelapkan uang bantuan dari luar negeri.

Kita tidak boleh marah kalau orang Korea menuduh orang Indonesia itu "pemalas", karena begitu jam kerja usai ada karyawan yang langsung pergi *shopping*, tidak mau bikin persiapan untuk pekerjaan besok.

Kita tidak boleh marah kalau orang Malaysia menuduh orang Indonesia itu "tukang bual", karena hukum tidak pernah ditegakkan secara murni dan konsekuen, karena disini banyak "peti es".
Wkwkwk...

Kita tidak boleh marah kalau orang Singapura menuduh

pejabat Indonesia itu "bodoh bin tolol", karena tidak bisa melacak uang hasil korupsi yang di-*invest* di Singapura.

Kita tidak boleh marah kalau orang Australia menuduh orang itu Indonesia itu diskriminatif, karena memang terbukti suka menyudutkan, membakar rumah, dan menyerang kelompok minoritas.

Kita tidak boleh marah kalau rakyat sendiri menuduh hampir semua pejabat itu koruptor, yang suka bersekongkol dan mempraktikkan politik dinasti.

Para dokter tidak boleh marah kalau banyak orang dari kelas menengah pergi ke luar negeri untuk berobat sambil jalan-jalan, karena mereka merasa tidak diperlakukan dengan baik di Indonesia.

Tidak semua orang Indonesia itu pencuri, pemalas, pembual, penjahat, tolol, diskriminatif dan pemabuk. Namun karena ulah segelintir orang, seluruh bangsa harus menanggung malu.

Juga tidak semua dokter Indonesia itu sombong dan angkuh, yang merasa pintar sendiri.

14. 3 D dan Siddharta

3 D bukan tiga dimensi, D pertama adalah *disease* atau penyakit, D kedua adalah *decay* atau menjadi tua atau lemah, D ketiga adalah *death* atau kematian.

3 D adalah tamu yang tidak bisa ditolak, setiap orang yang pernah dilahirkan pasti akan menderita sakit, menjadi tua atau lemah (kalau tidak mati muda), dan akhirnya mengalami kematian.

Kita sebagai manusia biasa melihat 3 D sebagai tiga hal yang tidak dapat dihindari, dan pada umumnya dianggap sebagai nasib atau takdir dari "atas", karena memang diluar "kemampuan" manusia untuk mengubahnya. Yang aneh setiap orang memiliki jalan hidup yang berbeda-beda, tidak ada yang sama persis.

Melihat 3 D ini telah membuat Pangeran Siddharta tersadar dengan misinya terlahir sebagai manusia calon Buddha, yaitu untuk

berusaha mencapai tingkat pencapaian yang tertinggi sebagai makhluk hidup, menjadi Sammasambuddha. Beliau meninggalkan istana berikut segala atribut mulia yang melekat kepada-Nya, pergi bertapa di alam bebas untuk berusaha mencapai kesempurnaan.

Akhirnya setelah 6 tahun sengsara, Petapa Siddharta berhasil mencapai tingkat Sammasambodhi, menjadi makhluk sempurna yang mampu mengetahui rahasia alam, mengerti bekerjanya hukum alam, terbebas dari dukkha dan mencapai kebahagiaan sempurna.

Beruntunglah kita yang terlahir sebagai manusia, masih hidup (belum mati), dalam masa pencerahan Buddha Gotama dan hidup dalam Dhamma (menjadi siswa Sang Buddha). 4 keberuntungan ini janganlah disia-siakan, mari meningkatkan kualitas hidup kita masing-masing, karena sungguh sayang sekali kalau kesempatan yang baik ini terlewatkan begitu saja.

15. Jual Beli Jabatan

Jabatan yang basah harganya mahal; jabatan yang kering tidak ada yang mau, kalau toh mau paling banter hanya karena mengharapkan uang pensiun di hari tua.

Di Indonesia ini sudah lama jabatan diperjualbelikan, tentunya dibeli dengan uang. Instansi-instansi yang membiarkan praktik jual beli jabatan basah bukan rahasia lagi, apalagi kalau yang dijual adalah jabatan yang basah kuyup. Wkwkwk...

Selama jabatan yang penting dan strategis diperjualbelikan, pasti negara ini tidak bisa maju, karena sudah pasti si pejabat hanya berpikir untuk mengambil kembali uang suap yang sudah ia keluarkan untuk beli jabatan, atau harus membayar kembali "budi baik" dari para pengusaha yang menjadi sponsor dengan memberikan proyek kelas kakap. Mutunya jangan ditanya, pasti amburadul: anggaran biayanya bintang lima, mutunya pasti kaki lima!

Selama pejabat puncak di setiap instansi masih butuh setoran, praktik jual beli jabatan akan sangat sukar sekali untuk dihapus sampai

tuntas. Masalahnya di Indonesia ini banyak pejabat menjadi sangat kaya karena korupsi, dan kalau tertangkap tangan oleh KPK pasti karena sedang sial saja. Kalau tidak sedang sial maka harta kekayaan yang dikumpulkan tidak akan habis sampai 7 turunan. Waaah luar biasa.

Jabatan dekat dengan kekuasaan, kekuasaan dekat dengan kekayaan, semakin berkuasa semakin mudah untuk menjadi kaya. Tidak percaya?

Dan selama ada yang beli, pasti ada yang jual. Hukumnya sangat sederhana.

Kalau mau lebih genah, maka para pejabat kita seharusnya adalah orang-orang profesional yang bermoral/etika, bertanggungjawab, bukan *risk-taker* dan sangat mencintai rakyatnya sendiri, tidak hanya mencintai uang.

16. Perlintasan Sebidang dan Kecelakaan

Kalau ada kecelakaan antara kereta api dan mobil, yang salah pasti sopir mobilnya, karena meskipun sudah dekat, keretanya sudah kelihatan, masih nekat juga melewati rel kereta api. Dulu-dulu polisi selalu menyalahkan penjaga pintu kereta api, yang dituduh terlambat menurunkan palang pintu. Wkwkwk...

Kecelakaan seperti itu sudah pasti terjadi pada perlintasan sebidang, artinya rel kereta dan jalan mobil berada pada bidang yang sama.

Yang susah banyak sekali perlintasan sebidang yang tidak resmi, artinya penduduk bikin jalan perlintasan kereta api sendiri, karena ingin lebih dekat dan lebih cepat sampai keseberang rel kereta. Katanya di Pulau Jawa, tidak sampai 1 kilometer sudah ada perlintasan kereta yang tidak resmi alias liar.

Di meja makan, para sopir Indonesia itu sopan sekali, namun di jalan raya menjadi monster jalanan. Ngebut, ngebut, dan ngebut. Ngeriii.

Seringkali, diperlintasan resmi, meskipun pintu kereta sudah turun, para pengendara (terutama pengendara motor) masih memaksakan diri untuk melintasi rel kereta api. Barangkali mereka masih punya 9 nyawa cadangan!

Bisakah angka kecelakaan lalu lintas ditekan menjadi 0 di Indonesia???

Seharusnya para sopir angkutan umum, adalah mereka yang sangat bertanggung jawab terhadap keselamatan para penumpangnya, tidak hanya mengejar setoran saja. (Skala Re pada grafik MMPI tidak boleh lebih rendah dari 45.)

Sabar subur, tidak sabar cepat masuk kubur.

17. Kurang Darah

Sepintas bisa dilihat dari telapak tangan yang putih pucat, begitu juga sclera mata bawah (kelopak mata bagian dalam). Yang lebih tepat adalah dengan memeriksa kadar Hb di laboratorium, atau dengan mendengar adanya *systolic murmur* pada detak jantung.

Kurang darah menyebabkan orang menjadi lemah, lesu, kurang tenaga, cepat lelah, sesak napas, daya tangkap kurang, daya ingatan juga kurang.

Ketika saya masih kuliah, kadar Hb rata-rata untuk kaum perempuan seharusnya adalah 14-16 gr%, sedangkan untuk kaum laki-laki adalah 15-17 gr%. (Sekarang ada laboratorium yang menulis 12-16 gr% untuk kaum perempuan.)

Kadar Hb rata-rata pada kaum perempuan lebih rendah karena mengeluarkan darah haid setiap bulannya, yang ini tidak usah diprotes, sudah alami.

Kurang darah bisa disebabkan karena kurang gizi, yaitu kurang protein, kurang zat besi, kurang vitamin B12, dan lain-lain. Sebabnya bisa asupan yang kurang atau banyak cacing dalam saluran pencernaan.

Kurang darah bisa juga disebabkan oleh karena terlalu banyak mengeluarkan darah, misalnya pada luka-luka, tumor ganas, *glomerulonephritis*, haid yang banyak dan lama, dan karena sebab lainnya. Atau bisa

karena hancurnya sel-sel darah merah secara serentak seperti pada penyakit malaria.

Kurang darah bisa terjadi karena fungsi syaraf parasimpatis tidak bekerja dengan baik, akibat tidur yang tidak nyenyak, sehingga darah tidak berkumpul di perut, namun di otak dan di otot.

Kurang darah bisa juga karena “pabrik” untuk memproduksi sel-sel darah merah tertekan oleh sel-sel darah putih dalam kasus leukemia.

Kurang darah bisa juga karena usia dari sel-sel darah merah lebih pendek daripada biasanya karena berbagai faktor yang lainnya.

Untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah diperlukan waktu sampai berbulan-bulan.

Kalau mau cepat menaikkan kadar Hb, ikuti saja petunjuk dibawah ini :

1. makan obat cacing setiap 6 bulan
2. perbaiki asupan gizi: kaya protein, kaya besi, dan kaya vitamin B
3. perbaiki pola tidur
4. atasi penyebab yang utama dari anemia

18. Cinta: dari Mata ke Dompot

Zaman saya masih kecil, cinta itu dari mata turun ke hati. Belakangan ada istilah cinta itu dari perut naik ke hati. Sekarang: dari dompet tembus masuk ke hati.

Disebut cinta monyet kalau masih remaja, kalau sudah tua namanya cinta gorila.

Katanya cinta pada pandangan pertama itu ada hubungan karma dari kehidupan yang lalu, terserah kalau mau diteruskan.

Kalau seorang wanita, anak orang kaya, sekolahnya pintar, apalagi cantik, pasti akan banyak pria yang mengejar. Tidak ada masalah dengan cinta pertama, cinta monyet, cinta gorila, dan tidak ada masalah juga dengan dari mana datangnya cinta.

Kalau seorang pria, anak orang kaya, lulusan luar negeri,

apalagi cakep, pasti akan banyak perempuan yang mengejar. Alasannya hampir sama.

Mungkin cinta suci sudah tidak ada, hampir semua orang ingin hidup senang dan tidak mau hidup susah.

"Kalau abang kaya adalah abang saya, kalau abang payah bukan abang saya." Wkwkwk...

Apakah bisa membedakan antara domba yang asli dengan serigala yang berbulu domba?

19. Terbaik

Jadi yang terbaik (*be the best*), dengan berusaha menjadi yang terbaik. Yang terbaik belum tentu juara atau pemenang, namun pasti akan menjadi kenangan bagi siapa saja.

Melakukan yang terbaik (*do the best*), dengan berusaha melakukan semuanya sepuh hati, dengan penuh perhatian, dengan penuh konsentrasi.

Memberikan yang terbaik (*give the best*), berusaha memberikan yang terbaik untuk siapa saja, senyum yang paling sejuk, kata-kata yang penuh kasih, benda-benda yang berkualitas baik, kesempatan yang adil untuk siapa saja.

Mengharapkan yang terbaik (*hope for the best*), dan bersiap-siap menghadapi yang terburuk; karena kita tidak tahu apa yang akan terjadi dalam waktu dekat.

Memilih yang terbaik (*choose the best*), akan tetapi kalau "pilih-pilih tebu" akan sulit menemukan pasangan yang diinginkan. Wkwkwk...

Jangan lupa untuk memilih alam terbaik dalam kehidupan yang akan datang.

20. Serangan Stroke

Apakah seorang seniman tidak bisa terkena serangan *stroke*?

Apakah seorang bhikkhu tidak bisa terkena serangan *stroke*?
Apakah seorang dokter tidak bisa terkena serangan *stroke*?
Apakah seorang pemimpin perusahaan tidak bisa terkena serangan *stroke*?
Apakah seorang pejabat negara tidak bisa terkena serangan *stroke*?
Apakah seorang profesional tidak bisa terkena serangan *stroke*?
Apakah orang kaya bisa terkena serangan *stroke*?
Apakah orang miskin bisa terkena serangan *stroke*?
Semuanya bisa terkena serangan *stroke*, bahkan bisa berkali-kali!

Akibat dari serangan *stroke* bisa bermacam-macam, dari yang ringan sampai yang berat. Ada yang bisa pulih kembali dan ada yang terus pindah alam.

Kenyataannya, pada saat ini, serangan *stroke* bersama dengan penyakit jantung adalah pembunuh nomor satu di dunia!

Yang bisa kita lakukan adalah mengantisipasi serangan ini, yaitu dengan menjaga pola makan, menjaga kondisi batin, terus berolahraga, cukup istirahat, dan jangan lupa untuk *Stress Check-Up (General Check-Up* saja tidak cukup) - untuk mengukur faktor risiko terkena serangan *stroke*.

Ada yang masih aman, ada yang harus hati-hati, ada yang berbahaya dan ada yang sangat berbahaya.
Siapa yang tidak takut terserang *stroke*?

21. Tahu

Yang ini bukan makanan.

Kalau belum tahu, harus belajar dari yang lebih tahu. Malu bertanya sesat di jalan.

Kalau sudah tahu, lakukan yang terbaik, supaya memberikan hasil yang maksimal.

Kalau sudah tahu banyak dan berpengalaman, boleh memberitahu orang lain, supaya bermanfaat.

Kalau tidak tahu mengaku sudah tahu, sok tahu, itu namanya bikin susah diri sendiri.

Kalau tahu banyak teori tetapi tidak dipraktikkan, tidak ada gunanya.

Walau hanya tahu sedikit tetapi dipraktikkan dengan sungguh-sungguh mungkin lebih baik.

Kalau seumur-umur tidak tahu apa-apa, pasti mudah dibodohi oleh orang lain. Wkwkwk...

Kadang-kadang tidak tahu lebih baik daripada tahu banyak namun tidak bisa berbuat apa-apa.

22. Rumah

Ada rumah susun, maksudnya adalah apartemen dalam gedung bertingkat.

Ada rumah tangga, mungkin zaman dulu semua rumah pakai tangga. Dirindukan kalau sudah lama ditinggal keluar negeri.

Ada rumah jagal, tempat hewan dipotong.

Ada rumah sakit, tempat orang mencari kesembuhan, atau tempat orang memeriksakan kesehatannya supaya tidak sakit.

Ada rumah duka, tempat jenazah ditempatkan sebelum dikremasi atau dikubur. Kadang-kadang rumah tinggal juga menjadi rumah duka.

Ada rumah judi, tempat orang mengadu peruntungan. Kalau kalah melulu bisa hilang uang, hilang mobil, hilang rumah, dan hilang yang lain-lain.

Ada rumah pelacuran, sukar untuk ditutup, karena selama ada yang beli pasti ada yang jual.

Ada rumah gadai, apa iya bisa menyelesaikan masalah tanpa masalah?

Ada rumah sekolah, tempat orang menuntut ilmu supaya lebih pandai.

Ada rumah makan, tempat mengisi perut. Lebih ramai di hari libur, karena para ibu malas untuk ke dapur.

Ada rumah pesta, tempat orang makan-makan, minum-minum, mendengarkan musik, dan melihat pertunjukan.

Ada rumah tahanan, tempat orang ditahan karena telah melakukan pelanggaran hukum.

Ada rumah madat, tempat orang bisa menghisap madat (candu).
Ada rumah pelesiran, tempat orang menghibur diri dengan berbagai cara.
Ada rumah lelang, tempat barang-barang dilelang dengan harga yang bersaing.
Ada rumah hantu, sering ada penampakan yang menyeramkan bagi yang takut.
Ada rumah singgah, di Inggris untuk pasien skizofrenia yang mau pulang ke rumah, di Jakarta untuk anak jalanan.
Ada rumah jompo, untuk yang sudah sepuh dan tidak produktif lagi.
Ada rumah kontrakan atau rumah sewa, bagi yang tidak mampu untuk beli rumah.
Ada rumah adat, yaitu rumah yang dibangun berdasarkan bentuk tertentu, sesuai dengan adat kebiasaan etnik tertentu pula.
Kalau rumah-rumahan pasti untuk anak-anak, namun harganya juga tidak murah.
Masih ada rumah yang lain?

23. Penyembuh

Seorang penyembuh (dokter atau tabib) harus pandai dan cermat didalam pekerjaannya, ia harus tahu mengapa dan bagaimana penyakit bisa terjadi, bagaimana bisa menimbulkan rasa nyeri dan lain-lain, dan cara bagaimana untuk menyembuhkannya.

Seorang penyembuh harus harus tahu sebab dari penyakit, proses perjalanan penyakit, lamanya sakit, beratnya penyakit dan reaksinya kepada pasien. Kemudian harus tahu cara penyembuhan mana yang menguntungkan dan mana yang merugikan, kemudian harus sabar, ramah dalam melayani pasien.

Pekerjaan sebagai seorang penyembuh adalah sangat mulia, karena berusaha untuk meringankan penderitaan makhluk lain. Siapapun yang merawat atau menyembuhkan seseorang, maka karma baiknya seperti menolong Sang Buddha sendiri.

Yang terbaik adalah menyembuhkan penyakit dengan menghilangkan atau mengatasi sebab utama (terapi kausal), bukan hanya sekedar menghilangkan atau mengurangi gejala (terapi simptomatik).

Sekarang ini ada banyak cara untuk menjadi seorang penyembuh, ada yang jadi dokter, ada yang jadi sinthe, ada yang jadi tabib, ada yang jadi tukang urut, ada yang jadi paranormal, dan ada yang kuliah di program studi Dharmasada di STAB Nalanda.

Siapa yang mau jadi penyembuh profesional?

24. Dipuji Dua Kali

Kalau ada anak yang baik hati, berbakti kepada orangtua, rendah hati, suka menolong, tidak pernah bikin susah orang lain, meskipun ia tidak terlalu pintar, maka ia akan dipuji satu kali.

Kalau ada anak yang baik hati, berbakti kepada orangtua, rendah hati, suka menolong, tidak pernah bikin susah orang lain, dan ia juga pandai di sekolah, kemudian berhasil jadi sarjana, bekerja untuk orang banyak, banyak melakukan kegiatan sosial, maka ia akan dipuji dua kali.

Sebaliknya kalau ada anak yang pandai, bisa lulus jadi sarjana, namun tidak berbakti, sangat egois, moralnya tidak baik, setelah menjadi pejabat lalu melakukan korupsi, sudah pasti ia akan dicela, tidak akan mendapat pujian dari siapapun.

Memang hidup itu bukan untuk mencari pujian, pujian dan celaan tidak akan berpengaruh banyak terhadap seseorang yang sudah stabil emosinya dan sudah mantap kepribadiannya.

Memang lebih banyak orangtua yang mengirinkan anaknya ke sekolah unggulan, dengan harapan supaya anaknya menjadi orang yang pandai, jadi sarjana, dan akhirnya sukses jadi orang kaya. Pindah agama lain tidak apa-apa, pakai narkoba tidak menjadi soal, moralnya bejat sedikit tidak masalah. Jadi tidak dipuji juga tidak apa-apa, wkwkwk...

Bukankah pujian itu tidak penting?

Apakah ada yang mau dipuji tiga kali?

25. ASS (Air Susu Sapi)

Susu formula jelas terbuat dari susu sapi. Jadi kita semua yang suka minum susu adalah saudara sesusu, yaitu saudara sesusu sapi.

Menurut pola lama, 4 sehat lima sempurna, maka susu adalah unsur yang membuat makanan menjadi sempurna. Banyak orang yang sudah kakek-kakek dan nenek-nenek masih minum susu seperti bayi. Hehehe...

Hewan juga minum susu, ketika masih bayi, sesudah besar mereka meninggalkan susu. Manusia berbeda, sudah dewasa dan sudah tuapun masih suka susu, paling tidak suka eskrim. Yang keren kalau masih suka susu ibu. Wkwkwk...

Apakah karena suka minum susu formula, yang notabene adalah susu sapi, lalu kebiasaan kita semua menjadi seperti sapi? Yaitu suka mengunyah rumput? Hahahaha

ASI adalah air susu ibu (manusia), apakah kualitasnya lebih buruk dari ASS?

26. Unek~Unek

Mengeluarkan unek-unek adalah perlu, dan sesudah itu merasa lega sejenak. Dalam bahasa lain disebut sebagai ventilasi.

Ibarat ban mobil, kalau dipompa terus menerus bisa meledak, begitupun manusia, kalau diisi masalah terus-menerus yang tidak bisa diselesaikan akan "meledak" juga. Buntutnya bisa macam-macam: konflik terbuka, perang dingin, melempem, jadi musuh didalam selimut, dan lain-lain.

Perasaan tidak puas kepada figur otoriter membuat si bawahan tidak berani menyatakan ketidaksetujuannya secara terbuka, namun secara diam-diam dinyatakan kepada teman yang dianggap sepaham dan setujuan. Sampai pada saat ini belum bisa disebut persekongkolan, hanya baru sampai pada tahap tidak puas.

Ada masyarakat tertentu yang menyampaikan unek-uneknya secara terbuka, langsung dan blak-blakan, namun ada juga yang ngumpet-ngumpet dan tertutup. Mau pilih yang mana?

Yang menjadi masalah, meskipun rambut sama-sama hitam, isi kepalanya pasti berbeda-beda. Setiap orang memiliki pandangan sendiri terhadap satu masalah yang sama, demikian pula pemecahannya.

Solusi yang paling tepat adalah dengan lebih sering mengadakan musyawarah untuk mufakat, dengan tujuan untuk mencari penyelesaian yang terbaik bagi semuanya. Tentu dengan sikap rendah hati dan mengecilkan ego sendiri.

Melihat semua masalah yang terkait dengan *helicopter view* (dari atas) akan sangat menolong. Tidak percaya?

27. Derajat Kebahagiaan

Orang Bhutan mengukur kemajuan negaranya bukan dengan GNP, tetapi dengan kebahagiaan.

Dua unsur penting yang menjadi parameter kebahagiaan adalah kesehatan dan pendidikan.

Orang sakit pasti tidak bahagia, batin dan tubuhnya menderita, apalagi kalau sakit berat dan sangat berat.

Orang yang tidak sekolah mungkin bahagia, karena tidak usah belajar dan tidak usah ujian, tetapi peluangnya untuk mendapatkan pendidikan formal tidak terbuka.

Salah satu hal penting yang perlu diperhatikan adalah rasa keadilan. Tanpa rasa keadilan, mana ada kebahagiaan? Faktor lain boleh menyusul, seperti ekonomi, politik, keamanan, dan seterusnya.

Membuat diri sendiri bahagia saja sudah sulit, bagaimana bisa membuat orang lain berbahagia?

Yang pasti kalau perut lapar karena tidak punya pangan, telanjang karena tidak punya sandang, dan jadi gelandangan karena tidak punya tempat berteduh, batin juga tidak bahagia. Setuju?

28. Simpanan

Yang disimpan biasanya sesuatu yang harus disembunyikan dari

orang lain, karena takut ketahuan, karena takut direbut. Biasanya bernilai tinggi, barang langka, pokoknya punya banyak kelebihan.

Ada istri simpanan, disembunyikan karena takut ketahuan oleh istri yang legal.

Ada uang simpanan, dipisahkan dari keperluan belanja hari-hari sebagai persiapan dalam masa sulit.

Ada jurus simpanan, supaya kalau murid memberontak si guru silat masih bisa mengalahkannya dengan mudah.

Ada mobil simpanan, jarang digunakan karena memiliki nilai sejarah yang indah dan berkesan.

Ada harta simpanan, mungkin supaya bisa diwariskan kepada anak dan cucu kesayangan.

Ada baju simpanan, hanya dikenakan pada hari-hari tertentu.

Kalau suami punya istri simpanan, apakah istri boleh punya suami simpanan?

Apakah masih ada simpanan-simpanan yang lain?

29. Diagnosis

Setiap orang yang didiagnosis menderita kanker stadium 3 atau 4 pasti akan terkejut. Ada yang protes, mengapa bukan orang lain yang menderita penyakit gawat itu.

Ada juga yang menganggap penyakit itu sebagai kiriman atau santet dari "musuh" yang ingin mencelakai dirinya, karena itu yang pertama-tama dimintai pertolongan tentunya adalah para dukun atau paranormal.

Ada pasien jiwa yang tidak mau didiagnosis sebagai penderita skizofrenia, karena akan membuat hari depannya menjadi suram. Ia lebih suka didiagnosis sebagai penderita penyakit lain yang lebih "ringan".

Diagnosis bisa berubah setiap saat, seiring dengan perubahan kondisi dari pasien yang bersangkutan. Dokter membuat diagnosis sebagai pegangan untuk melakukan tindakan terapi dan memperkirakan prognosisnya, tanpa diagnosis seorang dokter akan

mengalami kesulitan dalam menentukan sikap dan berkomunikasi dengan rekan sejawatnya.

Kalau meragukan diagnosis yang dibuat oleh seorang dokter, pasien boleh mencari dokter lain untuk mencari "*second opinion*" atau konfirmasi yang lebih akurat.

Kalau bisa, upayakan agar tubuh tetap sehat, karena sakit itu mahal sekali biayanya. Diagnosisnya adalah tidak ada apa-apa. Hehehe..

30. Degradasi

Bangsa ini telah mengalami degradasi, terutama dalam hal kebudayaan.

Sekitar 1500 tahun yang lalu, di zaman Mataram kuno, bangsa Indonesia telah berhasil membangun candi Borobudur dan candi-candi lainnya yang bersifat monumental. Yang jelas harus ada kesatuan, persatuan, pengorbanan, dan pengabdian untuk bisa melakukan hal-hal yang besar.

Di zaman Sriwijaya dan Majapahit, Indonesia adalah negara yang kuat, yang sangat berpengaruh, dihormati dan ditakuti oleh negara-negara tetangga karena kewibawaannya. Sekarang, karena kurang wibawa, maka Singapura, Malaysia dan Australia pada bersikap petakilan semuanya. Wkwkwk...

Para pemimpin zaman sekarang kebanyakan hanya sibuk dengan usaha untuk mengumpulkan harta dengan cara-cara yang melanggar etika dan hukum, dengan aji mumpung yang sakti. Melupakan bahwa sikap itu membuat mereka kehilangan kewibawaan dan membuat rakyat kehilangan kepercayaan kepada mereka. Di mata mereka rupanya fisik (materi) jauh lebih penting dari kebahagiaan batiniah.

Memang menghancurkan lebih mudah dari membangun. Merusak moral memang lebih mudah dari membangun karakter yang baik.

Untuk merusak moral seseorang hanya diperlukan waktu tidak sampai satu hari; namun untuk membangun karakter waktu 20 tahun tidaklah cukup.

31. Suami-Suami yang Tidak Disukai Istri

Yang pertama adalah yang malas cari uang, maunya diam di rumah baca koran, nonton tivi dan merokok. Yang paling gawat adalah menyuruhnya istrinya sendiri untuk jadi pelacur yang mencari uang untuk dirinya.

Yang kedua adalah yang suka memukul, menendang, melempar asbak sampai sepatu, kepada istri sendiri, sekaligus keluar kebun binatang dari mulutnya.

Yang ketiga adalah yang suka berselingkuh, ada yang suka main istri orang lain, ada yang suka ngepos di panti pijat, ada yang keluar masuk kompleks pelacuran; ada juga yang punya simpanan istri muda sampai beranak cucu.

Yang keempat adalah yang suka berjudi, kalau kalah judi ngamuknya di rumah, kalau menang judi dihabiskan di luar rumah dengan teman-temannya dan perempuan lain.

Yang kelima adalah yang suka mabuk-mabukan, atau yang suka memakai obat terlarang. Urusannya adalah keluar masuk penjara. Wkwkwk...

Yang keenam adalah yang suka berbohong, semua ucapannya tidak bisa dipercaya, alias gombal!

Yang ketujuh adalah yang suka berhutang dan berfoya-foya, hampir setiap hari rumah dikunjungi oleh *debt-collector*, hidup tidak pernah tenang.

Yang kedelapan adalah yang mudah ditipu dan dipermainkan oleh orang lain, karena bodohnya kebangetan.

32. Indonesia yang "Kaya Raya" dan "Sejahtera"

Kata seorang pengusaha Singapura kepada seorang mahasiswa Indonesia

di Australia:

1. "*Your country is so rich!*" (negaramu sangat kaya)
2. "*Indonesia doesn't need the world, but the world needs Indonesia,*"
3. "*Everything can be found here in Indonesia, you don't need the world.*" (Dunia yang butuh Indonesia, bukan sebaliknya) Indonesia paru-paru dunia. Tebang saja hutan di Kalimantan, dunia pasti kacau.
4. "*Singapura is nothing, we can't be rich without Indonesia*". 500.000 orang Indonesia berlibur ke Singapura tiap bulan. Bisa terbayang uang yang masuk ke kami, apartemen-apartemen terbaru kami yang beli orang-orang Indonesia, tidak peduli harganya selangit, laku keras. Lihatlah rumah sakit kami, isinya orang Indonesia semua. Terus, kalian tahu bagaimana kalanya pemerintah kami ketika asap kebakaran hutan Indonesia masuk ke Singapura?
5. "*We are nothing!*" Kalian tahu 'kan kalau kemarin dunia krisis beras. Termasuk di Singapura & Malaysia? Kalian di Indonesia dengan mudah dapat beras. Lihatlah negara kalian, air bersih ada dimana-mana, lihatlah negara kami, air bersih pun kami impor dari Malaysia. Saya ke Kalimantan pun dalam rangka bisnis, karena pasirnya mengandung permata, terlihat *glitter* kalau ada matahari bersinar. Penambang jual cuma Rp 3.000/kg ke pabrik di China, si pabrik jual kembali seharga Rp 30.000/kg.
6. Kalian sadar tidak kalau negara-negara lain selalu takut mengembargo Indonesia! Ya, karena negara kalian memiliki segalanya. Mereka takut kalau kalian menjadi mandiri, makanya tidak diembargo. Harusnya KALIANLAH YG MENG-EMBARGO DIRI KALIAN SENDIRI. Belilah pangan dari petani-petani Indonesia sendiri, belilah tekstil (garment) dari pabrik-pabrik sendiri. Tak perlu impor kalau bisa produk sendiri. Jika kalian bisa mandiri, bisa MENGEMBARGO DIRI SENDIRI SENDIRI, INDONESIA *WILL RULE THE WORLD!!* (Indonesia akan mengatur dunia).

Komentar: Kalau sekarang Indonesia terpuruk disemua bidang, kecuali dibidang perkorupsian dan tawuran, siapa yang salah ya?

33. Istri-Istri yang Tidak Disukai Oleh Suami

Yang pertama adalah yang sangat malas, bangun setelah matahari terbit, tidak pernah menyiapkan sarapan pagi untuk keluarga, kerjanya hanya bersolek, tidak pernah mau buang sampah, tidak mau membereskan tempat tidur, apalagi cuci piring.

Yang kedua adalah yang sangat boros, gaji untuk sebulan habis dalam waktu dua tiga hari, tiap malam menguras isi dompet suami, uang dihabiskan untuk belanja, kasih tip, pergi ke kapsalon, beli kosmetik, dan senang-senang.

Yang ketiga adalah yang tidak hormat kepada mertua, dan lebih berat lagi adalah sangat kurang ajar. Suami bisa menjadi cecak kering dibuatnya.

Yang keempat adalah yang suka berselingkuh, yang dicarinya adalah para pria yang lebih cakep dan lebih jantan dari suami. Banyak memiliki pria simpanan, maklumlah karena hiperseks. Wkwkwk

Yang kelima adalah yang mau menang sendiri, tidak mau kalah, berdebat sepanjang hari, sangat-sangat cerewet atau bawel. Maklumlah mulutnya banyak.

Yang keenam adalah yang sangat jorok, mulutnya bau, napasnya bau, keringatnya bau, pokoknya semua bau. Perlu masker kalau mau berdekatan. Hehehe...

Yang ketujuh adalah yang suka berjudi, uang belanja, dan uang sekolah anak-anak ludes di meja judi.

Yang kedelapan adalah yang suka mabuk-mabukan, zaman sekarang ditambah dengan narkoba. Rumah tangga berantakan karena hal yang satu ini, hari depan juga menjadi suram sampai gelap gulita.

Yang kesembilan adalah yang suka "membelit" suami, kemana suami pergi dikuntit atau diintip, sangat posesif, sehingga si suami merasa sangat terbelenggu karenanya dan berusaha selalu ingin melepaskan diri.

Masih ada yang lain?

34. Sepatu

Kalau kekecilan, pasti tidak enak dipakai, karena kaki terjepit.

Kalau kebesaran, juga pasti tidak enak dipakai, karena pasti terlalu longgar. Untungnya kalau hanya kebesaran satu nomor, bisa diganjal dengan alas, dan sudah bisa dipakai.

Banyak orang lebih mementingkan model, padahal tidak enak dipakai, dan bikin betis jadi pegal-pegal.

Lebih banyak orang mementingkan *brand*-nya, maunya beli sepatu yang mereknya sudah terkenal.

Sepatu yang paling bagus tentu adalah sepatu yang enak dipakai, modelnya bagus, tahan lama, dan harganya terjangkau.

Zaman dulu semua sepatu terbuat dari kulit yang rada kaku, sehingga sepatu baru pasti bikin lecet didaerah tumit, perlu dikasih minyak sayur sedikit supaya lebih lunak.

Yang susah kalau bentuk kaki sedikit luar biasa, nongol disana atau nongol disini, sehingga tidak ada sepatu yang pas di kaki; jadi harus pesan khusus ke tukang sepatu. Wkwkwk...

35. Legowo

Artinya menerima kekalahan dengan lapang dada, dengan jiwa besar.

Contoh yang paling bagus adalah ketika Hillary Clinton bersedia menjadi menteri luar negeri ketika pesaingnya yang sama-sama dari partai Demokrat (Obama) menjadi presiden Amerika.

Apakah legowo itu berjenjang?

Ada yang mengatakan legowo, tetapi ngoceh tidak putus-putusnya sepanjang hari.

Ada yang mengatakan legowo, tetapi terus mengutuk tidak ada habisnya.

Ada yang mengatakan legowo setelah kalah di pilkada, namun terus menuntut ke Mahkamah Konstitusi.

Ada yang mengatakan legowo, namun stres berat sampai masuk ke

rumah sakit jiwa.

Ada yang mengatakan legowo, tetapi protes ke kiri dan ke kanan sampai demo dan ngamuk.

Seharusnya kalau sudah mengatakan legowo, legowonya ya harus 100%, tanpa embel-embel.

Setuju?

36. Akrab

Ada suami istri yang sudah bertahun-tahun tidak bertegur sapa, bagaimana mau dibilang akrab?

Ada saudara kandung yang saling iri hati, kalau bertemu pasti perang mulut, ini juga tidak dibilang akrab.

Meskipun ada hubungan keluarga, bisa saudara sepupu, bisa saudara misan, bisa paman, bisa tante, bisa keponakan, bisa kakek, bisa nenek, bisa ipar, hubungan belum tentu bisa akrab.

Ada yang bilang kalau *chemistry*-nya tidak cocok, tidak bisa akrab. Apa betul?

Apakah perlu setelah sama-sama menderita, setelah sama-sama senang, setelah sama-sama tertipu, setelah sama-sama untung, setelah sama-sama senasib, baru bisa akrab?

Yang aneh, baru kenalan lima menit sudah bisa bersenda gurau, bercanda, dan buka-bukaan. Mungkin dalam kelahiran terdahulu pernah menjadi sahabat karib.

Mungkin kita baru bisa akrab dengan siapa saja, kalau batin kita sudah bersih, kinclong tanpa noda, penuh kasih sayang dan murah senyum. Apa bisa?

37. PUISI PERMINTAAN MAAF dari Dokter Indonesia

Barangkali inilah saatnya

Ketika langkah kita tak boleh berhenti begitu saja

Karena penguasa tak mau peduli
Ketika kita telah dikriminalisasi
Padahal telah bekerja sesuai standar profesi
Maafkan kami para dokter yang terluka
Kalau suatu hari nanti kami mau cuti bersama
Karena sudah terlalu letih kami bekerja
Melaksanakan profesi menyelamatkan nyawa
Dan meningkatkan kualitas hidup bangsa
Jangan bilang dokter mogok kerja
Bukankah cuti bersama boleh saja?
Walaupun bersama-sama seluruh Nusantara?
Dan jangan bilang ini arogansi semata
Karena kami juga manusia biasa
Ya, kami memang manusia biasa
Yang kecewa ketika diperlakukan tanpa rasa
Yang terluka ketika disiram kopi panas di wajah ini
Yang tak berdaya ketika dipenjara
Yang terhina ketika iklan bohong kesehatan dibiarkan merajalela
Padahal korban berjatuhan di mana-mana
Maafkan kami kalau suatu hari nanti kami cuti bersama
Tetapi janganlah bingung dan kecewa
Karena kalian boleh datangi mereka
Yang mampu sembuhkan kanker payudara tanpa obat apalagi operasi
Yang sembuhkan kanker peranakan dengan ramuan asli
Yang sembuhkan AIDS dalam tiga bulan
Yang sembuhkan impoten dengan ramuan tanaman
Dan yang sanggup mengembalikan keperawanan
Sulit kami mengerti mengapa penguasa melakukan pembiaran
Padahal semuanya ini jelas penipuan
Sementara dokter terus ditekan
Dan akhirnya masuk rumah tahanan
Masih adakah di negeri ini keadilan dan kebenaran?
Akhirnya maafkan kami wahai para penguasa negeri ini

Karena walaupun kami tak kalah dengan dokter di luar negeri
Tetapi kami tak mampu mengatasi penyakit gemar korupsi

Prof. DR. Dr. Wimpie Pangkahila SpAnd.
Sanur, Bali, tanggal 21 November 2013.

38. Lebih Banyak

Dokter yang melakukan malapraktik ya pasti ada, namun lebih banyak yang tidak melakukan.

Dokter yang melanggar etika memang banyak, namun lebih banyak yang tidak melakukan.

Pejabat yang melakukan tindak korupsi memang makin banyak, apakah yang tidak melakukan lebih banyak?

Para penegak hukum yang menerima suap dan memberikan setoran ke atasan masing-masing memang banyak, apakah yang tidak melakukan lebih banyak?

Suami atau istri yang berselingkuh memang ada, namun yang tidak berselingkuh mungkin lebih banyak.

Mana yang lebih banyak, orang jujur atau orang yang tidak jujur? Sungguh sulit untuk dijawab.

Mana yang lebih banyak, orang jahat atau orang baik? Sungguh sulit untuk dijawab.

Mana yang yang banyak, anak yang berbakti atau anak yang tidak berbakti? Sungguh sulit untuk dijawab.

Mungkin lebih banyak adalah orang baik yang penakut, yang lebih suka untuk cari aman, tidak mau banyak urusan, apalagi demo-demoan.

39. Jangan Bertanya

"Jangan bertanya kemana aku pergi" adalah judul sebuah lagu lama yang enak didengar.

Jangan bertanya mengapa aku dilahirkan dalam keluarga miskin, sehingga tidak bisa sekolah tinggi. Lebih baik bertanya

bagaimana caranya supaya bisa bertahan hidup dan berhasil menjadi orang yang baik dan berguna.

Jangan bertanya mengapa terjadi bencana tsunami sehingga ratusan ribu orang meninggal dunia. Lebih baik bertanya bagaimana cara mengantisipasi bencana, sehingga semua orang bisa menyelamatkan diri dan tidak ada korban sama sekali.

Jangan bertanya mengapa selalu bernasib sial dan selalu gagal dalam berbagai usaha. Lebih baik bertanya bagaimana cara berwiraswasta atau berwirausaha yang benar, agar supaya berhasil dalam bisnis.

Jangan bertanya mengapa berat jodoh, umur sudah lewat usia produktif dan masih belum kawin. Lebih baik bertanya bagaimana cara hidup sendiri dan mandiri dengan bahagia, sehingga hidup ini penuh arti dan bermanfaat bagi diri sendiri, orang lain, bangsa dan negara.

Jangan bertanya akan dilahirkan ke alam surga atau ke alam neraka setelah meninggal dunia. Lebih baik bertanya bagaimana cara untuk selalu menjadi orang baik, tidak berbuat jahat dan menambah kebajikan.

Jangan bertanya kapan akan meninggal dunia. Lebih baik bertanya bagaimana cara menumpuk jasa kebajikan dan menambah kebijaksanaan sehingga bisa menghilangkan kegelapan batin atau kebodohan yang membelenggu selama ini.

Jangan bertanya apakah anak dan menantu akan terus berbakti ketika hidup di hari tua. Lebih baik bertanya bagaimana cara mengisi hari hari yang datang dengan kegiatan yang positif dan bermanfaat bagi orang banyak.

Jangan bertanya mengapa sampai menderita penyakit yang berat. Lebih baik bertanya bagaimana cara untuk bisa hidup sehat dan tetap sehat sepanjang hayat dikandung badan. (Kalau semua rakyat sehat, dokter pasti melarat karena kekurangan pasien)

40. Sariawan

Sariawan adalah penyakit rongga mulut yang sangat menyiksa,

serba sakit. Makan saja sakit, apalagi sikat gigi. Biasanya ditambah dengan sakit menelan, atau radang tenggorokan.

Ada yang minum jamu sariawan, ada juga yang minum jamu sariawan usus.

Ada yang menggunakan bubuk Ho Fung San, belinya di toko obat.

Ada yang menggunakan obat-obat golongan kortikosteroid.

Ada yang menggunakan Albothyl, pedihnya minta ampun.

Ada yang kumur-kumur dengan Betadine Gargle.

Ada yang kumur-kumur dengan rebusan daun sirih.

Ada yang sembuh dengan memperbaiki pola tidur, tetapi perlu waktu berbulan-bulan.

Sekarang ada cara yang lebih cepat, yaitu minum kombucha dan beberapa tetes Cellfood setiap hari.

41. Gemar Korupsi

Di zaman dinasti Sung, hampir semua pejabat gemar korupsi, meskipun sudah tahu akan dihukum penggal kepala kalau terbukti bersalah. Sama saja dengan sekarang, mereka tidak punya takut dan tidak punya malu.

Zaman dulu belum ada PPATK, hanya uang perak yang berasal dari korupsi diberi ukiran tertentu, sehingga akhirnya ketahuan juga.

Mungkin pejabat yang tidak korupsi hanyalah Judge Bao atau Pao Kong, yang sangat terkenal sangat jujur dan adil dalam memutuskan segala perkara.

Dengan korupsi, memang hidup bisa lebih nyaman, punya aset dimana-mana, bisa punya banyak istri simpanan, hari tua lebih terjamin, namun sesudah mati pasti masuk neraka. Wkwkwk

Seringkali untuk menutup-nutupi kejahatannya, orang yang terlibat ya dilibas, atau dibunuh, untuk menghilangkan jejak. Kalau saksi tidak ada, kalau bukti tidak lengkap, diharapkan bisa lolos dari jerat hukum. Kalau toh terjerat, aparat hukumnya 'kan masih bisa disuap?

Saking banyaknya pejabat yang korup, yang dipikirkan oleh mereka hanyalah memperkaya diri sendiri, akhirnya negarapun dijual kepada orang barbar dengan cara menjadi penghianat bangsa. Akhirnya dinasti Sung menjadi semakin lemah, lemah, dan lemah, kemudian runtuh dan digantikan oleh dinasti Yuan (Mongol). Inilah pertama kalinya Tiongkok (bangsa Han) diperintah oleh bangsa barbar dari utara.

Semoga Indonesia tidak meniru contoh yang buruk ini.

42. Bijaksana dan Pengendalian Diri

Menjadi orang yang cantik atau ganteng adalah suatu keberuntungan, akan lebih baik lagi kalau memiliki kebijaksanaan dan pengendalian diri yang baik. Kalau tidak hati-hati dan waspada bisa menjerumuskan.

Menjadi orang yang sangat kaya tidak dilarang, namun akan lebih baik lagi kalau memiliki kebijaksanaan dan pengendalian diri yang baik. Apalagi menjadi orang kaya yang baik hati dan dermawan.

Menjadi orang pandai, sekolahnya tinggi, adalah sangat dianjurkan, namun akan lebih baik lagi kalau memiliki kebijaksanaan dan pengendalian diri yang baik. Apalagi mau berbagi ilmu, mau mengabdikan ilmunya untuk kemanusiaan, mau mengajarkan ilmunya kepada orang lain.

Menjadi orang yang berkuasa tidak masalah, namun akan lebih baik lagi kalau memiliki kebijaksanaan dan pengendalian diri yang baik. Menggunakan kekuasaannya untuk kepentingan orang banyak, tidak menyalahgunakan kekuasaannya untuk kepentingan diri sendiri atau golongan.

Menjadi juara dunia boleh saja, namun akan lebih baik lagi kalau memiliki kebijaksanaan dan pengendalian diri yang baik. Memanfaatkan statusnya sebagai juara dunia untuk memberi semangat

kepada generasi muda untuk menjadi juara dunia juga seperti dirinya. Tidak hanyut dalam pujian dan lupa diri.

43. Gagal

Gagal lahir artinya batal jadi manusia, alias keguguran. Sayang sekali.

Gagal lulus artinya tidak lulus ujian, alias tidak dapat ijazah.

Gagal kenalan artinya dicuekin, tidak dianggap pantas untuk dijadikan kenalan atau teman.

Gagal pacaran artinya putus pacar, bisa-bisa patah hati.

Gagal kawin artinya lamaran ditolak, atau si calon pasangan hidup disamber oleh orang lain.

Gagal kuliah adalah *drop out*, tidak berhasil jadi sarjana.

Gagal hamil artinya tidak mungkin punya anak kandung.

Gagal *tender* artinya tidak berhasil memenangkan proyek, mungkin karena harga yang ditawarkan terlalu tinggi atau kurang pendekatan.

Gagal ginjal artinya fungsi organ ginjal sudah sedemikian menurun sehingga harus cuci darah secara berkala.

Gagal jantung artinya organ jantung tidak mampu memompa darah ke seluruh tubuh, sudah waktunya untuk transplantasi.

Gagal meletak artinya kue mangkok atau kue bolu kukus tidak mekar, karena kena tetesan air dari tutup panci.

Gagal hidup artinya tidak berhasil menjadi orang yang sukses.

Gagal sembuh artinya sakit terus, tidak ada obat yang bisa menyembuhkan.

Gagal mekar artinya bunga sudah layu sebelum berkembang.

Gagal juara artinya tidak berhasil mengalahkan juara bertahan. Masih ada kesempatan yang akan datang.

Masih ada gagal yang lain?

44. Heran

Heran mengapa ada seorang ibu yang ingin jadi seperti ABG, padahal

usianya sudah diatas 50 tahun.

Heran mengapa ada orang ingin melahirkan di London, padahal bahasa Inggris tidak becus.

Heran mengapa ada orang ingin tinggal di negeri 4 musim, padahal tidak tahan hawa dingin.

Heran mengapa ada orang menggunakan teknik bayi tabung, padahal baru kawin 2 tahun.

Heran mengapa harus punya rumah seluas 1000 meter, padahal anggota keluarga hanya 3 orang.

Heran mengapa harus punya mobil 10, padahal dua saja sudah cukup.

Heran mengapa harus punya mobil sport yang harganya belasan M, mau ngebut dimana?

Heran mengapa ada seorang istri yang *acting* seperti tidak ada apa-apa dengan suaminya, padahal si suami punya banyak wanita simpanan.

Silakan terheran-heran, hati orang siapa yang tahu?

45. Depresi

Mengalami kegagalan adalah biasa, mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan juga biasa, tidak lulus ujian juga soal umum, kehilangan orang yang dicintai soal biasa, putus cinta juga sudah biasa terjadi, menderita penyakit yang tidak sembuh-sembuh juga bukan hal baru.

Ada orang yang bisa menelan semua pil pahit itu dengan santai, dengan hati lapang, tidak jengkel, tidak marah-marah, dan tidak putus asa; namun ada yang sebaliknya.

Ada yang batinnya menjadi murung, sedih, sering meratap, sering mengeluarkan air mata, susah tidur, tidak nafsu makan, pikirannya mengawang-awang, perasaannya sendu dan tidak mau melakukan apa-apa. Ibarat mobil rem tangannya terkunci, beraaat sekali kalau mau bergerak.

Kalau sudah pulih dalam waktu tidak sampai 2 minggu dapat kita golongkan ke dalam depresi ringan atau reaktif. Mekanisme

pertahanan kejiwaannya sudah bekerja efektif dan mampu untuk mengatasi konflik kejiwaan yang dialaminya.

Kalau penyebabnya sangat ringan, sedangkan akibatnya jauh lebih berat, karena mungkin sudah menyentuh alam bawah sadarnya, bisa digolongkan kedalam depresi neurotik. Yang ini mungkin perlu bantuan psikiater untuk psikoterapi dan obat-obatan antidepresi.

Kalau sampai muncul gejala halusinasi dan waham, diagnosis nya menjadi depresi psikotik. Yang ini harus ditangani oleh psikiater, bila perlu dirawat di rumah sakit jiwa; karena bisa sangat membahayakan dirinya sendiri dan orang lain. Perlu ECT, obat-obat antipsikotik dan antidepresi, plus psikoterapi dan model terapi yang lainnya.

Memang hidup ini penuh dengan penderitaan dan hal-hal yang tidak menyenangkan.

46. Paspor Hilang

Paspor adalah dokumen yang sangat penting ketika berada di negeri orang.

Teman-teman saya dari Yogya baru saja pulang dari Thailand, dan disana tasnya disilet oleh tukang copet, isinya hilang lenyap termasuk paspor. Tukang copet itu sudah melanggar sila kedua. Hehehe

Supaya tidak repot repot, maka seharusnya setiap orang sudah siap-siap mengantisipasi kejadian yang tidak diinginkan ini.

Siapkanlah fotokopi paspor, fotokopi KTP, fotokopi akte lahir, fotokopi KK, pasfoto 4X6 sebanyak 4 lembar, supaya KBRI lebih cepat membuat dokumen pengganti paspor atau yang sejenis. Disimpan ditempat yang terpisah dari paspor, supaya jangan hilang semuanya sekaligus. Yang juga sangat penting adalah duit, tidak ada duit bisa susaah.

Saya sih tidak pernah kehilangan paspor, tetapi teman baik saya pernah kehilangan paspor di New Delhi pada tahun 1978. Semalaman ia tidak bisa tidur, sehingga semuanya juga sangat terganggu dan ikut-ikutan tidak bisa tidur juga. Wkwkwk...

47. Jadi Dokter

Di luar negeri, terutama yang sudah maju, yang sudah lepas landas, maka yang bisa masuk fakultas kedokteran adalah yang *top 1%*, yang bisa masuk fakultas teknik dan yang sejenis adalah yang *top 3%*, yang bisa masuk fakultas hukum, ekonomi dan, yang sejenis adalah yang *top 5%*.

Di Indonesia sekarang berbeda, mungkin *top 40%* sudah bisa masuk fakultas kedokteran, asal ada orangtua yang kaya yang punya duit untuk bayar uang pangkal dan seterusnya. Mungkin yang bodoh sedikit juga bisa jadi dokter.

Yang berkuasa sekarang adalah ahli ekonomi, yang mengatur peredaran uang; dan *money is power*. Mereka yang menjadi pimpinan perusahaan, yang menggaji para dokter dan para ahli teknik. Padahal mereka dulu belum tentu yang paling pandai atau paling cerdas di kelasnya.

Kalau dokter bekerja di rumah sakit, maka ia harus pandai-pandai membujuk supaya pasien-pasiennya jangan cepat pulang, apalagi yang ada di ruang VIP; harus sering-sering bikin resep obat yang mahal-mahal, supaya komisinya lebih besar, dan supaya rumah sakitnya lebih untung. Maklumlah pemilik rumah sakit swasta sekarang adalah pengusaha yang gemar cari untung besar.

Teman-teman dokter yang bekerja dengan pisau bedah harus lebih hati-hati, karena sekarang pasien lebih pandai menuntut, salah-salah bisa masuk bui. Yang suka menyuntik juga harus hati-hati, mungkin yang paling aman kalau hanya bermodalkan mulut seperti psikiater. Hehehe...

Apakah masih ada anak-anak yang bercita-cita ingin menjadi dokter?

48. Pubertas Kedua

Pubertas pertama adalah pada usia 12-13 tahun di masa remaja atau akil balig. Muncul tanda tanda seks sekunder.

Pada remaja pria suaranya mulai sember, seperti gonggo, tumbuh bulu kemaluan, bulu ketiak. Mulai naksir lawan jenis, dan yang lebih gawat sudah main perempuan. Sudah bisa menghamili seorang wanita dalam masa subur karena sudah bisa memproduksi sperma. Emosinya susah untuk dikendalikan, meledak-ledak seperti geledek, tidak sabaran.

Pada remaja putri buah dadanya semakin membesar, juga tumbuh bulu kemaluan, dan lain-lain. Mulai naksir lawan jenis, dan yang penting sudah haid secara teratur dan bisa hamil, karena sel telurnya sudah mulai masak. Emosinya juga sama saja, bergejolak lebih cepat daripada di usia sebelumnya.

Pubertas kedua secara biologis mungkin tidak ada, katanya muncul sekitar usia 40-50 tahun. Jadi genit lagi. Status sosial sudah mapan, duit sudah banyak, sudah punya mobil bagus, sudah mampu beli kosmetik yang mahal-mahal, punya kedudukan lumayan, dan kalau pasangan dianggap tidak memuaskan, mata bisa lirik ke kiri dan lirik ke kanan, dan terus main gila. Tidak jarang lawan jenis yang lebih muda datang menyodorkan diri, karena pacaran yang sebaya tidak enak, duitnya pas-pasan.

Yang gawat di Indonesia ini kaum pria tidak suka pakai kondom, meskipun sudah ada program kondom gratis untuk mencegah penularan HIV/AIDS. Katanya kalau pakai kondom tidak nikmat. Wkwkwk...

Apakah nanti ada pubertas ketiga sekitar usia 60-an?

49. Mulut Pahit

Mulut manis artinya mengeluarkan kata-kata yang enak didengar, lebih cenderung kearah menjilat, seringkali tidak sesuai dengan realitas. Tujuannya adalah untuk mengambil hati.

Kalau mulut pahit bagaimana?

Mulut pahit adalah mulut yang mengeluarkan kata-kata kasar yang tidak enak didengar, lebih cenderung menghina, jorok, mesum,

menusuk hati.

Saking kasarnya, orang lain yang mendengarnya bisa sampai tidak tahan, bahkan sampai mengeluarkan air mata kesedihan. Sungguh keterlaluan.

Tidak usah bermulut manis, kalau hati memang berbulu.

Tidak usah bermulut pahit, karena akan menyeret yang bersangkutan masuk ke alam neraka.

Kalau mendengarkan orang yang bermulut manis, jangan sampai tertipu, jangan sampai hanyut terpesona.

Kalau mendengarkan orang yang bermulut pahit, hati jangan sampai terbakar sampai hangus. Anggaplah sedang membayar karma buruk masa lalu. Bukankah tidak ada peristiwa yang terjadi secara kebetulan?

50. Hukum Penggal Kepala

Di Perancis namanya guillotine, diperlukan hanya sepersekian detik untuk memotong leher terhukum mati.

Judge Bao atau Pau Kong memiliki 3 pisau penggal, yang berkepala naga untuk memenggal kepala keluarga kerajaan yang bersalah, yang berkepala harimau untuk memenggal kepala para pejabat kelas atas yang bersalah, dan yang berkepala anjing untuk memenggal kepala pejabat rendahan yang bersalah. Sesudah itu baru lapor ke kaisar, maklumlah jaman dulu belum ada HP, SMS, atau BBM.

Hukum penggal kepala ini biasanya tidak pernah ditunda-tunda, takut napinya kabur.

Kalau masih hidup Judge Bao bisa-bisa mati terkejut karena kaget, ketika mengetahui bahwa ada napi terpidana mati bisa punya pabrik narkoba di dalam lapas. Wkwkwk

Seharusnya para pejabat negara, apalagi para penegak hukum, apabila melakukan kesalahan, hukumannya harus dilipatgandakan. Biar kapok.

Yang lebih menderita dari hukuman penggal kepala adalah

hukum picis, matinya perlahan-lahan ditengah-tengah rasa sakit yang luar biasa.

51. Menjadi Siswa Buddha

Setelah menjadi siswa Buddha seorang upasaka baru menyadari bahwa:

Ia harus sangat hati-hati dengan pikirannya, karena pikirannya bisa menjadi awal dari penderitaannya di masa mendatang.

Ia harus berhenti melakukan perbuatan yang bikin susah makhluk lain, seperti menyiksa, membunuh, merampas, menipu, memperkosa, dan lain-lain.

Ia harus berusaha untuk melakukan perbuatan yang baik dari waktu ke waktu tiada henti, sebagai persiapan untuk mengantisipasi berbuahnya karma buruk yang telah ia lakukan di masa lalu

Ia harus berhenti mengharapkan turunnya mukjizat dari yang di atas, karena semua peristiwa tidak ada yang kebetulan, semua ada sebab-musababnya.

Ia harus berusaha untuk menjadikan dirinya sebagai pulau penolong bagi dirinya sendiri, tidak ada lagi juru selamat yang bisa menolongnya di dalam kesulitan. Di alam semesta ini tidak ada "makhluk sakti" yang bisa membuat makhluk lain menjadi suci, kalau toh cuma masuk surga percuma saja, karena bukan tujuan akhir. Hidup di surga juga tidak kekal.

Ia harus berusaha untuk membersihkan batinnya dari keserakahannya, kebencian, dan kebodohan, menggantikannya dengan kasih sayang, belas kasihan, kesabaran, kebijaksanaan, kebahagiaan, dan seterusnya.

Ia baru menyadari bahwa hidup ini memang bercorak dukkha, dan harus berusaha untuk membebaskan dirinya sendiri dari dukkha, Buddha hanyalah Guru Agung yang telah menunjukkan Jalan menuju Nibbana.

52. Neraka

Kalau orang tidak berbuat jahat belum pasti masuk surga, mungkin ia hanya tidak masuk neraka; dan kalau toh masuk neraka mungkin di lokasi yang tidak begitu berat penderitaannya.

Menurut agama Buddha, seluruhnya ada 136 lokasi di neraka, yang terbagi menjadi 8 bagian besar. Kita tinggal pilih saja mau kaveling yang mana.

Neraka yang paling menderita adalah alam avici, makhluk yang dihukum disana paling sedikit waktunya 1 kalpa (satu umur dunia). Tiket untuk pergi ke avici adalah dengan membunuh ayah kandung sendiri, membunuh ibu kandung sendiri, membunuh seorang arahat, melukai seorang Buddha atau memecah belah sangha (persaudaraan para suci). Siapa mau?

Siapapun yang melanggar sila artinya telah membeli tiket ke neraka, yang menjadi pertanyaan apakah bisa dibatalkan?

Apabila tidak mau ke neraka dan mau tinggal di surga (meskipun tidak kekal selamanya), tentu tiketnya berbeda. Loketnya juga berbeda. Hehehe...

Setiap orang boleh memilih dengan bebas sebebas-bebasnya, ada jalan ke neraka dan ada jalan ke surga.

53. Tabiat Manusia

Orang yang cerdas pandai dapat melakukan hal-hal yang lebih sulit dan rumit.

Orang yang berani dapat melakukan hal-hal khusus yang tidak dapat dilakukan oleh orang yang penakut.

Tanpa kejujuran maka manfaat kedua tabiat di atas akan menyusut jauh.

Orang yang bodoh hanya bisa mengerjakan hal-hal yang sederhana dan tidak ruwet, tidak bisa diajak untuk mengerjakan pekerjaan yang sulit dan rumit; akan tetapi kalau jujur dan berani ia

masih berguna untuk organisasi.

Orang yang pandai atau cerdas, plus berani saja masih tidak cukup, ia juga harus jujur, supaya bermanfaat bagi orang lain.

Tentu yang paling bagus adalah orang yang serbabisa, pandai, cerdas, berani, jujur, tahan banting, konsisten, teguh memegang komitmen, dan rajin. Yang ini paling susah dicari. Hehehe...

54. Tidak Siap

Ada kolonel yang siap untuk menjadi jenderal, namun tidak siap untuk menjadi pensiunan jenderal.

Ada perempuan yang siap untuk menjadi istri, namun tidak siap untuk menjadi menantu dari mertua yang galak.

Ada pengusaha sukses yang tidak siap dipaksa pensiun oleh anak dan menantunya karena mendadak terserang *stroke*.

Ada pejabat negara yang korup tidak siap untuk menjadi tahanan KPK, selanjutnya menjadi tersangka dan dihukum.

Ada mahasiswa yang tidak siap untuk menjadi sarjana, karena tidak pernah lulus ujian skripsi.

Ada rohaniwan yang tidak siap untuk masuk surga, karena seringkali "mencuri" uang dari kotak dana.

Ada orangtua yang sudah punya anak, namun tidak siap untuk menjadi mertua, apalagi mewariskan harta kekayaannya kepada menantu.

Ketidaksiapan akan membuat yang bersangkutan menjadi terkaget-kaget, terkejut, bingung tidak karuan, berat hati, dan banyak pikiran, sehingga bisa menimbulkan gangguan jiwa dari ringan sampai berat.

55. Serbabisa

Tugas orangtua sangatlah berat, maunya sih membesarkan anak-anak naga berkualitas super, serbabisa!

Supaya siap bisa menjadi bawahan, anak harus diajarkan

bagaimana harus mematuhi atasan, taat pada peraturan, dan melaksanakan semua tugas secara tuntas dan bagus hasilnya.

Supaya siap menjadi atasan, anak harus diajarkan bagaimana harus mengambil keputusan yang rasional, realistik, dan bijaksana, selain itu dapat memimpin dengan cara yang dapat diterima oleh semua orang.

Supaya siap menjadi orang yang pandai, anak harus diajarkan supaya sukses di sekolah atau universitas, harus diarahkan supaya tidak salah memilih jurusan.

Supaya siap menjadi orang yang berguna, anak harus diajarkan supaya mampu berbagi dengan orang lain, tidak kikir dengan harta dan ilmu yang dimilikinya.

Supaya siap menjadi pelopor, anak harus diajarkan untuk berani mengambil inisiatif, bersikap proaktif, dengan mengambil risiko yang sekecil-kecilnya.

Supaya siap menjadi seorang dermawan, anak harus diajarkan agar suka berdana, tidak egois, dan suka membantu makhluk lain.

Supaya siap menjadi orang yang berbahagia, anak harus diajarkan tentang kebijaksanaan, tidak serakah dan tidak suka bikin susah orang lain.

56. Api Kecil yang Menjadi Besar

Karena belum menjadi orang suci, punya pandangan keliru adalah biasa, jadi bertengkar juga soal biasa.

Ketika sedang bertengkar jangan sampai menggunakan kata-kata yang menusuk hati orang lain, karena pulihnya lamaaaa sekali.

Pertengkar kecil dianggap sebagai api kecil, pertengkar besar dianggap sebagai api besar. Kalau api sudah membesar, pasti bisa membakar seluruh rumah, apalagi kalau rumahnya terbuat dari kayu atau kertas.

Bertengkar antara suami istri sih boleh-boleh saja, anggap saja sebagai bumbu masakan. Kata orang tanpa bumbu, masakan kurang

sedap rasanya. Yang penting janganlah keterlaluan.

Sesudah berumah tangga selama lebih dari 20 tahun, pertengkaran masih terjadi; dan kalau tidak hati-hati bisa menjadi besar dan sebagai akibatnya bisa terjadi pisah kebo, bukan kumpul kebo. Buntutnya sudah jelas: cerai hidup dengan sakit hati.

Piring yang sudah pecah akan susah untuk direkatkan kembali, ingatlah yang satu ini.

57. Tembok Besar

Sepanjang sejarah Tiongkok yang 5.000 tahun, orang Han selalu khawatir dengan serbuan kaum nomaden dari utara, sukunya macam-macam, ada Liauw, ada Kim, ada Chi, dan ada Mongol, ada Mancu, dan lain-lain.

Salah satu cara agar merasa aman, mereka membangun tembok besar, satu-satunya benda buatan manusia yang bisa terlihat dengan mata telanjang dari bulan. Sambung-menyambung, dari dinasti ke dinasti yang berikutnya, temboknya disambung terus, dengan segala pengorbanan, termasuk korban manusia yang tidak terhitung jumlahnya.

Meskipun ada tembok besar, orang Mongol toh berhasil juga menyerbu ke selatan mengalahkan dinasti Song, dan mendirikan dinasti Yuan.

Di zaman sekarang, Tiongkok tidak lagi mendirikan tembok besar, teknologinya sudah lebih maju, namun prinsipnya sama, mempertahankan diri dari serbuan orang asing.

Di zaman dinasti Ching, para perompak dari Jepang sering sekali menjarah para penduduk pesisir timur Tiongkok. Dan jangan lupa bahwa tentara Jepang telah menyerbu Tiongkok selama 8 tahun tanpa pernyataan perang, dari tahun 1938 sampai 1945. Sejarah sudah membuktikan, bahwa Jepang adalah yang suka menyerbu negara lain.

Apakah mungkin mendirikan tembok besar antara Tiongkok dan Jepang?

58. Protes

Seorang ibu kehilangan seorang putranya yang baru beranjak dewasa. Ini soal biasa. Salah satu putranya meninggal dunia karena kecelakaan lalu lintas. Dalam kesedihan ia protes keras.

Yang menurut ibu ini tidak biasa adalah karena yang mati itu adalah anaknya yang paling patuh, yang paling rajin sembahyang, yang paling pandai di sekolah, yang paling baik kepada orang lain. Mengapa bukan anak yang lain yang meninggal terlebih dulu? Yang lebih nakal, yang lebih malas sembahyang, yang lebih malas belajar, yang suka berjudi, yang terlibat narkoba, yang paling bandel, dan yang sekolahnya tidak naik-naik!

Yang diprotes pasti yang di atas, yang menurut si ibu adalah yang maha menentukan usia seseorang.

Hukum karma berbicara lain, perjalanan hidup seseorang ditentukan oleh perbuatannya di masa lalu, dalam kehidupan-kehidupan yang lalu. Siapapun yang suka membunuh akan pendek umur, siapapun yang suka menyiksa makhluk lain akan sakit-sakitan atau menderita cacat, siapapun yang kikir atau pelit akan hidup dalam kemiskinan. Hukum karma ini adalah hukum alam mengenai perbuatan yang sangat adil, sama sekali tidak memihak.

Daripada protes yang tidak ada habisnya, lebih baik ibu ini berdoa semoga putranya itu terlahir kembali di alam-alam yang bahagia, sebagai buah dari perbuatan-perbuatan baik yang telah dilakukannya selama hidup. Doa si ibu belum tentu terkabul, tetapi paling sedikit ia bisa keluar dari kesedihan di hatinya, dan berhenti protes.

59. Korupsi: Siapa yang Melakukan?

Semua orang tahu siapa yang melakukan korupsi, mulai dari para anggota DPR, hakim, jaksa polisi, menteri, pejabat negara lainnya,

pengacara, pegawai negeri, ketua partai, pengusaha, guru, dokter, akuntan, developer, pokoknya banyaaak sekali. Hampir semuanya.

Bukan hanya kaum laki-laki yang korupsi, kaum perempuan juga berani melakukannya. Sudah terbukti di pengadilan. Wkwkwk...

Undang-undang dan peraturan antikorupsi sudah sangat jelas, tetapi pelaksanaannya yang amburadul. Korupsi dilakukan secara berkelompok, bersekongkol, saling menutupi dan saling melindungi, sehingga susah untuk dilacak. Yang jadi korban selalu rakyat kecil.

Kalau semua koruptor mau bertobat dan mengakui kesalahannya, meskipun semua sekolah dan rumah sakit dialih fungsikan menjadi rumah tahanan, pasti tidak muat untuk menampung mereka semua!!! Hehehe...

Usul salah satu teman di FB boleh juga, yaitu semua koruptor harus ditato dahinya dengan tanda khusus, supaya semua orang tahu. Mudah-mudahan ia jadi malu untuk korupsi lagi.

Kalau makan daging babi diharamkan, mengapa korupsi tidak diharamkan juga?

60. Korupsi: Mengapa?

Pertanyaan mengapa harus dijawab dengan karena, sangat filosofis.

Ada yang korupsi karena ingin cepat kaya dan hidup bermewah-mewah.

Ada yang korupsi karena takut kelaparan setelah pensiun di hari tua.

Ada yang korupsi karena sudah ada janji surga, artinya akan tetap masuk surga meskipun jadi koruptor.

Ada yang korupsi karena sangat yakin akan ada pengampunan massal, alias ada pemutihan.

Ada yang korupsi karena hanya ikut-ikutan yang lain.

Ada yang korupsi karena diperintah oleh atasan.

Ada yang korupsi karena mencari dana untuk kampanye pemilu.

Ada yang korupsi dengan tangan kanan, sedangkan tangan kiri memegang kitab suci untuk minta ampun.

Ada yang korupsi karena disuruh oleh istri ????

Ada yang korupsi karena hobi, hehehe.

61. Susaaaah

Orang gemuk mau kurus pasti susah.

Orang kurus mau gemuk juga susah.

Orang miskin mau jadi orang kaya, pasti susah.

Office boy mau jadi direktur pasti susah banget.

Orang yang tidak mau, pasti susah untuk diajak supaya mau.

Orang yang sedang mau (kasmaran) pasti susah untuk dihalang-halangi.

Mau berhenti merokok? Pasti susaaaah.

Mau berhenti berjudi? Juga susaaaah.

Menegakkan benang basah? Sangat susaaaah

Mau dapat hadiah Nobel? Pasti susaaaah

Mau memberantas korupsi? Pasti sangat susah sekali.

Yang paling susah mungkin menjadi orang suci atau arahat.

62. Limfosarkoma

Limfosarkoma adalah tumor ganas yang menyerang kelenjar limfe, jaringan getah bening yang menyebar diseluruh tubuh.

Temannya saya terserang penyakit ini, sudah stadium 4, terapinya adalah 4 kali diinfus sejenis kemoterapi, taripnya 50 juta setiap kali infus. Hasilnya tidak tahu.

Orang-orang terkenal yang pernah diberitakan terserang penyakit ini adalah raja Husein dari Yordania dan perdana menteri Singapura Lee Hsien Loong.

Tidak ada yang tahu kapan penyakit ini datang menyerang, sama dengan tumor-tumor ganas jenis yang lainnya.

Dalam tubuh kita ada jaringan syaraf, ada jaringan pembuluh darah dan ada jaringan pembuluh limfe. Juga terdapat banyak sistem yang bekerja secara bahu-membahu membuat kita tetap hidup, ada

sistem pencernaan, ada sistem kekebalan tubuh, ada sistem saluran kencing, ada sistem tulang dan sendi, ada sistem kulit, ada sistem otot dan ligamentum, ada sistem penciuman, ada sistem penglihatan, ada sistem pendengaran, ada sistem pengecap, dan seterusnya.

Kalau mau hidup sehat, harus tahu bagaimana cara menjaga atau merawat agar seluruh jaringan dan sistem tubuh tetap berfungsi dengan baik. Semakin tua umur, semuanya akan semakin merosot atau memburuk.

Yang pasti semuanya perlu biaya, yang gratis hanya bernapas menghirup O₂.

63. Tidak Bahagia

Kalau perut lapar, mulut haus pasti tidak bahagia.

Kalau punya anak tidak berbakti, pasti tidak bahagia

Kalau punya menantu kurang ajar, pasti tidak bahagia

Kalau ada orang hutang tidak mau bayar, pasti tidak bahagia

Kalau terserang tumor ganas stadium 4, pasti tidak bahagia

Kalau menderita penyakit kronis yang tidak sembuh-sembuh, pasti tidak bahagia

Kalau menderita kantong kering, pasti tidak bahagia

Kalau dihina orang dengan kata-kata yang menyakiti hati, pasti tidak bahagia

Dan kalau sudah tua banget, tetapi tidak mati-mati, pasti tidak bahagia.

64. Diperbolehkan?

1. Jualan diatas jembatan penyebrangan atau di halte bus.
2. Jualan persis di tikungan atau pertigaan jalan.
3. Jualan di atas trotoar sehingga orang tidak bisa lewat.
4. Naik motor atau mobil melawan arus lalu lintas.
5. Naik di atap kereta api.
6. Memotong perlintasan kereta api meskipun palang pintu sudah turun.

7. Membangun rumah ditepi jalan raya melanggar garis sepadan bangunan.
8. Membuang kasur *spring bed* ke saluran air.
9. Buang sampah sembarangan.
10. Bus atau angkot ngetem di tengah jalan.
11. Parkir di atas jembatan.
12. Parkir di depan pintu rumah orang lain.

65. Takut Tidak Bahagia

Setiap orangtua yang rela "melepaskan" putrinya untuk kawin dengan laki-laki yang kelak menjadi suaminya seharusnya takut kalau-kalau anaknya itu nanti tidak bahagia.

Kalau dihitung secara statistik, mungkin lebih banyak perempuan yang tidak bahagia dibandingkan yang bahagia dalam kehidupan perkawinannya.

Mungkin lebih banyak suami istri yang saling menghina daripada yang saling menghormati.

Mungkin lebih banyak suami istri yang saling memaki daripada yang saling menyapa dengan lemah lembut.

Mungkin lebih banyak suami istri yang saling curiga daripada yang saling percaya.

Mungkin lebih banyak suami istri yang saling membenci daripada yang saling menyayangi.

Adalah kewajiban orangtua untuk mencarikan pasangan yang sesuai buat anaknya, meskipun sepertinya sudah kuno; karena tidak ada orangtua yang ingin anak perempuannya hidup menderita dalam hidup perkawinannya.

Karena sama-sama belum mencapai tingkat-tingkat kesucian, pastilah akan banyak dilakukan perbuatan-perbuatan yang keliru. Bersiaplah untuk saling memaafkan dan saling berbagi kesedihan/kebahagiaan.

66. Pek Hoat Moli

Ketika masih muda bernama Giok Lo Sat, karena cintanya ditolak dan tidak berhasil menikah dengan To It Hang, kekasihnya yang murid Butong Pay, maka dalam semalaman rambutnya yang hitam berubah semuanya menjadi putih.

Karena ia dianggap berasal dari aliran sesat, maka ia ditolak oleh aliran lurus, seperti Butong Pay, Siau Lim Pay, Gobi Pay, Thian San Pay, dan lain-lain. Ini semua dari cerita silat.

Apakah bisa, dalam satu malam seluruh pigmen yang berwarna hitam menghilang dari rambut?

Yang pasti, perasaan kecewa yang mendalam, atau perasaan sedih yang luar biasa, dapat menyebabkan perubahan yang merugikan pada tubuh manusia. Terjadi perubahan pada semua sistem dalam tubuh, menjadi tertekan atau terhambat.

Yang namanya cerita silat cuma cerita karangan, hanya fiktif belaka. Dari semua bacaan yang pernah saya baca, cerita silat adalah bacaan yang luar biasa, membuat saya ketagihan. Isinya lengkap sekali, mulai dari percintaan, perkelahian, persahabatan, lelucon, kesetiaan, kepada negara, dan lain sebagainya.

Sudah pernah baca cerita ini?

67. Tidak Berguna, Tetapi Punya Hari Depan

Bayi yang baru lahir, sampai berusia dewasa muda, sesungguhnya tidak berguna untuk orang lain secara ekonomi.

Hanya menghabiskan banyak biaya, uang habis untuk beli susu, beli popok/pampers, berobat ke dokter, beli obat, biaya vaksinasi, beli mainan, bayar play group, bayar taman kanak-kanak, bayar sekolah dasar, bayar SMP, SMA dan kuliah, plus bayar kursus balet, bayar belajar organ/piano, dan lain-lain.

Tetapi bayi atau anak punya hari depan, semua orangtua dan keluarga yang lain mengharapkan ia kelak menjadi orang yang berguna bagi siapa saja. Menjadi orang yang sukses atau berhasil adalah harapan semua orang, meskipun kenyataannya tidak demikian.

Semua orangtua mengharapkan di hari depan, si anak akan menjadi orang, yang akan berbakti kepada mereka, yang akan membahagiakan mereka, yang akan mengurus dan merawat mereka di hari tua, yang mau membiayai kalau mereka sakit dan bila perlu dirawat di rumah sakit. Sesudah mati si anak mau mengurus penguburan atau kremasinya, terus melakukan perbuatan-perbuatan baik yang telah mereka lakukan, sehingga nama harum mereka tetap terpelihara. Ini adalah harapan.

Tidak semua keinginan bisa kesampaian, tidak semua harapan bisa terkabul.

Sebagian anak ternyata memiliki hari depan yang kelabu atau suram, sehingga terus membebani orangtuanya yang sudah sepuh dan tidak berdaya.

Apa mau dikata???

68. Tidak Berguna, Tetapi Punya Masa Lalu

Orang tua yang sudah tua sekali, ada yang pikun, ada yang belum, sakit-sakitan, langganan rumah sakit, tidak berdaya, sudah tidak mampu bekerja mencari uang, secara ekonomi juga tidak berguna, seperti anak kecil.

Akan tetapi mereka punya masa lalu, mereka pernah berjasa membesarkan anak-anaknya dan mengasuh cucu-cucunya.

Kadang-kadang pengeluaran untuk orang yang sudah tua jauh jauh lebih mahal daripada untuk anak kecil atau orang dewasa. Yang pasti orang tua sering pergi berobat, beli obatnya pasti mahal-mahal, kalau dirawat di rumah sakit akan lebih mahal lagi, kalau menderita

kanker ganas, obatnya akan jauh lebih mahal lagi. Bisa-bisa hilang mobil sampai hilang rumah.

Karena punya masa lalu, maka adalah kewajiban anak-anaknya untuk mengurus atau merawat si orang tua mereka dengan sebaik-baiknya, bila perlu patungan atau urunan. Anak yang telah berhutang budi punya kewajiban untuk membalas budi orangtuanya, atau akan disebut sebagai anak yang tidak berbakti.

Semakin banyak jasa kebajikan yang telah dilakukan oleh si orang tua, maka ia semakin layak untuk dihormati. Cuma banyak orang hanya mengukur dari panjang umurnya saja, tanpa memandang perbuatannya di masa lalu; semakin panjang umurnya semakin dihormati, kalau meninggal dunia semakin banyak yang datang melayat. Membawa hoki atau rezeki katanya.

Jangan khawatir, anak yang berbakti kepada orangtuanya akan lebih dihargai daripada anak yang tidak berbakti.

69. Mata

Ada mata keranjang atau mata bongsang, tidak boleh lihat cewek cakep, matanya melirik teruss. Bersaudara sepupu dengan mata genit.

Ada matahari, alias sang surya, menyinari bumi sejak jutaan tahun yang lalu. Kalau ada sinar matahari, sinar bulan pasti meredup.

Ada mata hati, melihat dengan hati, memiliki perasaan yang sensitif, semacam insting yang tajam.

Ada mata-mata, alias tukang intip, termasuk sadap-menyadap, nguping, dan lain-lain. Ada mata-mata militer dalam peperangan, ada mata-mata industri yang suka mencuri rahasia pabrik lain, dan seterusnya.

Ada mata-ikanan, nama untuk kutil dipermukaan kulit yang tidak sembuh-sembuh.

Ada mata kail, kalau sudah dimakan ikan susah melepaskannya.

Ada mata kaki, biarpun ada empat tetapi tidak bisa melihat. Selalu kesandung atau keserimpet. Wkwkwk...

Ada mata kucing, nama untuk batu cincin dari India atau Srilanka.
Ada mata maling, selalu mengincar barang-barang berharga untuk dicuri.
Ada lapar mata, semua yang dilihat mau dibeli, penyakit orang yang suka *shopping*.
Ada mata gergaji, bagian dari gergaji yang harus sering-sering diasah, supaya tetap tajam.
Ada mata duitan, warnanya berubah menjadi hijau kalau melihat uang.
Ada mata air, sumber air bersih di kaki gunung.
Ada mata juling, mata kanan melihat ke arah London, mata kiri melihat ke arah Paris.

70. Pertanyaan yang Belum Terjawab

1. Sejak kapanakah alam semesta ini terbentuk?
 2. Berapakah jumlah makhluk hidup di alam semesta ini?
 3. Berapakah jumlah bintang di langit, dan berapakah jumlah planet yang bisa dihuni oleh manusia?
 4. Berapakah panjang, lebar dan tebal/ dalamnya alam semesta ini?
 5. Akankah alam semesta ini suatu saat hancur lebur tiada sisa?
 6. Berapakah jumlah makhluk manusia atau dewa yang telah berhasil mencapai tingkat kesucian arahat?
- Rasanya tanya di Yahoo atau Google juga tidak terjawab. Andaikata ada jawabannya, pasti cuma kira-kira saja.

71. Tanpa Beban

Tanpa beban bukan berarti tidak punya beban, namun tidak merasakan adanya beban di pundak.

Sebaliknya ada orang yang tidak punya beban, namun merasa sangat terbebani oleh sesuatu yang tidak nyata, sehingga semua langkahnya menjadi lambat dan ragu-ragu.

Kalau melakukan sesuatu dengan ringan, menjalani semuanya dengan penuh kesadaran, tidak takut gagal, pasti lebih baik daripada sudah berasa berat sebelum melakukan sesuatu, penuh keraguan, takut gagal dan khawatir disalahkan.

Kegagalan adalah keberhasilan yang tertunda, semua juara dunia mulai dengan kegagalan, namun dengan latihan yang luar biasa mereka mengubah kegagalan menjadi keberhasilan.

Apakah dengan tidak berbuat apa-apa, seseorang bisa disebut berhasil dan sukses dalam hidupnya? Karena ia tidak pernah mengalami kegagalan?

Dengan semangat yang tinggi, maka beban seberat apapun tidak akan terasa berat. Jalani saja semuanya dengan santai dan hati senang. Kalau gagal ya kita belajar dari kegagalan tersebut, sampai berhasil.

72. Tidak Mau Turun

Yang namanya penguasa, apalagi kalau kursinya empuk, sudah pasti tidak mau turun dari tahtanya.

Mati-matian bertahan supaya tetap berkuasa, dan sudah banyak contohnya di dunia ini.

Kalau toh terpaksa turun, ia pasti berencana untuk kembali lagi berkuasa.

Kekuasaan sangat dekat dengan kekayaan, sangat dekat dengan fasilitas yang waaah, sangat dekat dengan perempuan cantik, dan sangat dekat dengan semua kenikmatan duniawi. Apalagi kalau bisa korupsi tanpa tersentuh.

Meskipun tidak mau turun, ia pasti akan diturunkan dengan paksa oleh rakyatnya sendiri yang sudah nekat, atau oleh proses ketuaan secara alami.

Bahkan, meskipun sudah ditahan dalam penjara, masih tetap tidak mau menyerahkan kekuasaan atau kewenangan yang berada ditangannya, alasannya belum ada kekuatan hukum tetap.

Hukum alam sangat jelas, ada naik dan pasti ada turun. Anicca (tidak kekal, selalu berubah)

73. Pohon Sala

Kehidupan Buddha Gotama sangat dekat dengan alam, terlahir dibawah pohon Sala di Taman Lumbini, mencapai Sammasambodhi dibawah pohon Bodhi di Bodhgaya, mengajarkan Dhammacakkapavattana Sutta di Taman Rusa Isipatana (dekat Benares) dan meninggal dunia dibawah sepasang pohon Sala di Kusinagara.

Pohon Sala muncul dua kali, pohon Bodhi hanya sekali. Pohon Sala ini sangat unik, bunga dan buahnya tidak berada di ujung cabang atau ranting, namun ada di batang induk yang paling besar. Batangnya bukan tumbuh menjulang ke langit, namun agak horizontal ke samping, sehingga dulu dapat digunakan oleh Ratu Maha Maya Devi sebagai pegangan ketika mengejan melahirkan sang calon Buddha dalam posisi berdiri.

Buahnya juga unik, apabila buah seutuhnya ditanam tidak akan tumbuh tunas baru, kulitnya harus dibuka dulu, baru isinya disemaikan.

Siapa yang belum pernah melihat pohon Sala bisa pergi ke Vihara Theravada Buddha Sasana di Kelapa Gading Permai, letaknya di sebelah kiri di dekat pintu parkir (apabila kita menghadap ke jalan membelakangi Buddharupang). Saya mengambil anak pohon Sala ini dari Vihara Tanah Putih, Semarang, diberikan oleh Bhante Chattamano belasan tahun yang lalu. (Pohon induknya yang sangat besar, berusia sudah puluhan tahun, sudah ditebang karena ada perluasan bangunan vihara)

Vihara yang belum punya pohon Sala boleh minta anaknya ke VTBS, tentu dengan prosedur yang resmi. Kalau masih ada pasti akan diberikan, saat ini ada sekitar 19 anak pohon Sala yang siap untuk dibagikan.

Siapa mau?

74. Tidak Salah

Ketika pada tahun 1961-1962 saya ikut gerakan Pramuka, rasanya pilihan saya waktu itu tidak salah. Mulai dari penggalang sampai jadi pemimpin gugus depan. Sebelum jadi pembina, ya dilatih dulu di kwartir nasional, pelatih-pelatih saya pada tahun 1960-an dulu adalah Bapak Daeng Mangurangi, Ibu Mastini Hardjoprakoso, yang lainnya saya lupa. Hampir 20 tahun saya jadi anggota Pramuka, cukup lama, banyak pengalaman, banyak suka dan duka. Yang pasti sangat bermanfaat dalam proses pembentukan kepribadian saya. Salah satu pemimpin saya, Pak M. Tasrif, pernah mengatakan kepada ibu saya: "Anak ibu ini punya bakat untuk jadi pemimpin."

Tamat SMP "UMUM", saya memilih SMAN I Budi Utomo, di dekat lapangan Banteng, pilihan ini juga rasanya tidak salah. Pada tahun 1963, SMA negeri ini sangat terkenal, saya bangga sekolah disitu. Meskipun tidak berhasil menjadi juara kelas, namun hampir setiap tahun saya dapat giliran untuk menjadi ketua kelas. Ketika meletus G-30S, saya sedang duduk di kelas III Pal 1. Ketika sedang rajin demo, saya melarang teman-teman untuk menghancurkan kursi meja belajar mereka sendiri, sungguh perbuatan yang bodoh bin tolol.

Kuliah di FKUI pada tahun 1967 setelah melalui ujian saringan masuk di Gelora Bung Karno di Senayan juga bukan pilihan yang salah. Ternyata teman-teman sebangku kuliah saya adalah anak-anak yang pintar-pintar semuanya, ada yang juara kelas/sekolah, ada yang juara kota/kabupaten, ada yang juara provinsi, dan juga banyak yang kaya. Istilahnya hanya putra-putri terbaik yang bisa melewati ujian saringan masuk, dari 10.000 hanya terpilih 200, meskipun nantinya tidak semua berhasil lulus jadi dokter. Saya dilantik jadi dokter pada tahun 1973 pertengahan. Ternyata dari angkatan saya cukup banyak yang jadi profesor.

Apakah pilihan saya jadi psikiater tidak salah?

Apakah pilihan saya menjadi murid Buddha juga tidak salah?

75. Peran Pemimpin

Saya pindah ke rumah yang sekarang pada tahun 1989, baru tahun ini, 2013, saluran air didepan rumah dikeruk. Artinya selama 24 tahun dibiarkan saja lumpur semakin tebal dan mengering, menjadi salah satu penyebab banjir. Anggaran untuk mengeruk mungkin ada setiap tahunnya, mungkin juga dikeluarkan, namun tidak dilaksanakan. Setelah Jokowi jadi gubernur DKI baru dikeruk. Orangnya mungkin sama, namun perilakunya berubah. Baguslah kalau begitu.

Seorang pemimpin yang baik bisa menularkan kebajikannya kepada semua bawahannya, namun berjalan lebih lambat dibandingkan menularkan perilaku buruknya. Harus ada ancaman dipecat atau diskor terlebih dulu sebelum nurut. Wkwkwk

Seorang pemimpin yang korup dengan cepat sekali akan membuat hampir semua anak buahnya menjadi korup juga dalam waktu yang sangat singkat. Namanya Rahwananisasi atau Kurawanisasi. (menjadi seperti Rahwana di Alengkdirja atau Kurawa di Hastina)

Jadi jangan heran kalau sekarang rakyat Indonesia yang ada dimana-mana lebih suka Jokowi jadi presiden yang akan datang, karena mengharapkan agar menteri, dirjen, polisi, hakim, jaksa, gubernur, bupati, dan lurahnya mencontoh sang presiden jadi orang jujur, jadi pamong praja yang melayani rakyat, bukan pemerintah yang menghisap darah rakyat.

Yang aneh, tanpa kampanye di TV seluruh rakyat mulai dari kota sampai daerah terpencil sudah tahu siapa Jokowi.

76. Ambisi Jadi Orang Nomor Satu

Dalam cerita silat Thian Liong Pat Poh, ada jagoan silat yang bernama Buyung Hok, sangat berambisi untuk mendirikan sebuah kerajaan dan menjadi raja. Di akhir cerita ia menjadi raja lenong, mengaku raja dihadapan anak-anak kecil di kampung. Kasihaaan.

Ada banyak orang yang menjadi calon presiden, dari berbagai

kalangan, melewati berbagai jalan, berusaha menembus berbagai rintangan, kalau bisa mengambil hati rakyat, mengeluarkan biaya yang sangat besar sekali, supaya dipilih jadi presiden periode 2014-2019. Pasti lebih banyak yang gagal daripada yang terpilih, karena yang terpilih 'kan hanya 2 orang, presiden bersama wakil presiden. Semoga yang gagal tidak bunuh diri dan bunuh orang.

Dari 245 juta orang Indonesia, hanya satu yang bisa jadi presiden, sisanya jadi penyelenggara negara yang lainnya, jadi pejabat pemerintah, dan yang paling banyak adalah jadi rakyat jelata. Kalau mau dicintai oleh rakyat, maka presiden harus mengabdikan seluruh hidupnya untuk rakyat, bersedia mengorbankan kepentingan pribadinya demi orang banyak.

NATO (*No Action Talk Only*) itu percuma, biarpun muncul di televisi ribuan kali dalam sehari. Orang sekarang mencari bukti, bukan pepesan kosong.

Ambisi sih boleh saja, tetapi ngaca dulu lebih baik. Pantas atau tidak, mampu atau tidak, akan dipilih atau tidak. Sudah lihat garis tangan?

77. Tidak Ramah dan Tidak Sopan

Seorang istri pasti perempuan, seharusnya bersikap ramah dan sopan kepada semua pihak, terutama kepada ibu mertuanya.

Kalau ada seorang menantu perempuan berani mengancam mertuanya, ia pasti yang bersalah. Ia mengancam kalau tidak dituruti kehendaknya, ia akan pindah ke tempat lain, misalnya tinggal di apartemen. Si mertua kalang kabut, karena suami si menantu adalah putra tunggalnya.

Satu kali ancamannya berhasil, lain kali ia akan mengancam lagi, misalnya supaya rumah yang sedang ditempati bersama supaya dipindahkan atas namanya. Wkwkwk

Saat ini tidak banyak lagi menantu yang ramah dan sopan kepada mertuanya, yang lebih banyak adalah menantu yang ketus dan

kasar, yang keluar dari mulutnya adalah kebun binatang, ucapan dari orang yang tidak beradab dan tidak berpendidikan.

Si mertua yang sekarang punya menantu kurang ajar, dulunya pasti pernah kurang ajar juga kepada mertuanya. Hehehe

Terimalah karmamu, kalau bukan bagianmu, kau pasti tidak akan terima.

78. Belajar Praktik Hukum

Para penegak hukum seperti hakim, jaksa, polisi, penasehat hukum, anggota DPR, seharusnya sering-sering nonton serial Judge Bao atau Pau Kong bersama-sama. Sesudah itu dibahas dalam acara Jakarta Lawyer's Club.

Mudah-mudahan semuanya bisa belajar bagaimana menegakkan hukum dengan adil, tidak pandang bulu, tanpa melanggar peraturan yang berlaku, demi kepentingan dan kesejahteraan seluruh rakyat.

Bila diperlukan ia berani menentang perintah kaisar, sambil memberikan argumentasi yang kuat, demi kepentingan yang lebih tinggi, yaitu bangsa dan negara.

Dengan penasehat Kongsun Ce, yang otaknya encer, teliti dalam mencatat, tajam dalam menganalisa, ia bisa memecahkan berbagai kasus yang sulit-sulit.

Dilindungi oleh Chan Zhao, jago silat pedang dari selatan, pembela kebenaran, hampir tiada lawan di dunia kang-ouw(sungai telaga).

Dibantu oleh 4 pengawal : Wang Chau, Ma Han, Cang Lung, dan Cau Hu, yang dulunya adalah begal atau tukang palak jalanan, kemudian berubah menjadi orang baik, dan mendukung Judge Bao menegakkan hukum.

Sayang sekali, yang sekarang masih ada adalah serial videonya saja, orangnya sudah meninggal lamaaa sekali.

79. Merosot

Iseng-iseng saya coba membandingkan beberapa profil kepribadian para karyawan dan para calon karyawan yang mengikuti tes kepribadian pada tahun 2008 (n=60) dan 2013 (n=180), terbatas dari bulan Januari sampai dengan bukan Maret. Saya pikir tenggang waktu 5 tahun cukup bermakna untuk dibandingkan.

Yang hampir sama adalah:

- yang memiliki kecenderungan untuk melakukan tindak kriminal, yaitu 17% (2008) dan 15 % (2013);
- yang kurang memiliki rasa tanggung jawab sosial (egois), yaitu 30% (2008) dan 29% (2013)
- yang kurang mampu mengendalikan emosi, yaitu 60% (2008) dan 62 % (2013)

Artinya yang punya bakat maling hampir sama, yang egois juga hampir sama, yang suka ngamuk juga hampir sama.

Yang merosot adalah:

- yang kurang percaya diri, dari 20% (2008) naik menjadi 57 % (2013)
- yang memiliki leadership, dari 10% (2008) turun menjadi 4% (2013)
- yang kurang motivasi untuk maju, dari 30% (2008) naik menjadi 57% (2013)

Artinya yang memiliki rasa percaya diri semakin sedikit, yang memiliki jiwa kepemimpinan semakin sedikit dan yang punya motivasi untuk maju juga semakin sedikit. Bagaimana bisa bersaing dengan ekspatriat???

Apakah salah bunda mengandung, apakah salah pola didik, atau salah lingkungan yang amburadul? Atau memang bawaan dari yang bersangkutan?

80. Singkawang

Ada yang bilang kota seribu amoy, katanya memang banyak amoy yang kawin dengan para pensiunan dari Taiwan.

Ada juga yang bilang kota seribu pekong (toapekong) atau kota seribu kelenteng atau vihara. Pada umumnya berwarna merah ngejreng!

Kalau naik travel, mungkin bisa dicapai dalam 3 jam dari Pontianak, jalan santai bisa memerlukan 4 jam atau lebih. Rawan kecelakaan karena kendaraan yang nongol dari jalan kecil tidak mau mengurangi kecepatan. Wkwkwk ...

Ramai dua kali dalam setahun, saat gotong toapekong di hari capgomeh, dan saat cengbeng (sembahyang ke kuburan leluhur). Saat capgomeh, hanya bisa jalan kaki, karena jalanan penuh dengan lautan manusia!

Rumah sakit jiwa untuk provinsi Kalbar sekarang lokasinya ada di Singkawang, karena rumah sakit jiwa yang ada di Pontianak berubah fungsi menjadi rumah sakit umum. Direktornya sekarang adalah dokter Rozalina SpKJ, teman saya.

Sebagian besar umat Buddha disana masih cung-cung-cep, alias Buddhis KTP. Mudah-mudahan suatu saat mau belajar lebih tekun dan mempraktikkan Buddha Dhamma.

Pada umumnya pasangan suami istri dari Singkawang tidak bikin surat kawin, alias cukup kawin adat, jadi anak-anak adalah anak ibu (luar kawin).

Yang keren ada patung naga emas melingkar di sebuah tiang ditengah simpang empat.

Kotanya memang tidak terlalu besar, tetapi memberi kesan hidup dan cukup ramai. Siapa yang mau wisata kuliner kesana?

81. Demokrasi yang Mahal

Kalau ingin dipilih, tentu harus dikenal oleh yang memilih.

Supaya dikenal oleh calon pemilih, tentu harus mengenalkan diri. Kasih lihat senyum manis menghanyutkan, jangan melotot.

Biaya untuk mengenalkan diri sangat mahal, para selebritas mungkin lebih murah sedikit biayanya.

Supaya dipilih harus punya *track record* yang bagus, yang ini sukar untuk

direkayasa di negara yang transparan. Modal tampak saja tidak cukup. Kalau harta sudah habis dijual atau dilelang, ada yang memaksakan diri pinjam ke kiri dan ke kanan untuk biaya kampanye. Yang lebih berani ngemplang ke kiri dan ke kanan, peras ke kiri dan peras ke kanan, ancam ke kiri dan ancam ke kanan.

Kalau tidak terpilih bisa gila beneran dan dimasukkan ke rumah sakit jiwa.

Kalau terpilih harus korupsi besar-besaran untuk bayar hutang seleher. Lupa dengan janji-janji kepada rakyat pemilih. Wkwkwk...

Apakah ada yang salah dengan demokrasi kita?

82. Stroke

Serangan *stroke* bisa bermacam-macam:

1. Ada yang lumpuh semuanya, dua tangan dan dua kaki, namanya tetraparesis;
2. Ada yang hanya lumpuh sebelah, kanan atau kiri, namanya hemiparesis;
3. Ada yang mengalami amnesia, semua memori tidak ada yang tersisa, hilang lenyap semuanya, termasuk resep masakan dan ilmu-ilmu lainnya;
4. Ada yang menjadi antisosial, karakternya menjadi rusak, seenak perutnya sendiri, tidak peduli orang lain;
5. Ada yang hampir pulih semuanya, namun menjadi lebih baik wataknya, karena takut ada serangan susulan.

Adanya perbedaan gejala karena lokasi *stroke*-nya mungkin juga berbeda.

Sesudah *stroke* larangan dokter baru dipatuhi, yaitu berhenti merokok dan berhenti makan yang enak-enak.

Mencegah lebih baik dari mengobati.

83. In Memoriam

Teman saya ini baru saja meninggal dunia pada tanggal 2

Januari 2014, pada usia 80 tahun, ia dilahirkan pada tahun 1934, namanya dokter Yan Rusli Muthe, SpKJ.

Saya bertemu dokter Muthe ini ketika sedang pendidikan psikiatri di RSCM/FKUI. Saya masuk pendidikan tahun 1975, ia masuk tahun 1976, bersamaan dengan dokter Amir Husein Anwar, SpKJ (alm). Teman saya main bridge kalau tugas sudah selesai di poliklinik Psikiatri di lantai 3.

Badannya tinggi besar, suaranya juga besar menggelegar, kulitnya hitam seperti Judge Bao, rambutnya hanya tersisa di kiri dan di kanan, kantong celananya penuh dengan batu cincin yang besar-besar, mungkin karena ia suka mistik.

Suatu saat mobil taksi gelapnya hilang dicuri, lalu ia berpuasa sambil merapal ajiannya. Pada hari ketiga mobilnya dikembalikan oleh si pencuri dengan "suka rela". Hehehe...

Semoga beliau terlahir kembali di alam-alam bahagia, memetik buah kebajikan yang telah ditanam selama hidupnya.

Selamat jalan dokter Munthe, mudah-mudahan kita bertemu lagi dalam kehidupan yang akan datang.

84. Tidak Ada yang Kekal dan Abadi

Secara fisika, atom dari intan, benda yang paling keras di dunia ini, selalu berubah. Elektronnya selalu bergerak mengelilingi proton atau positron.

Benda cair lebih banyak berubah dibandingkan dengan benda padat. Benda gas jauh lebih banyak berubah dibandingkan dengan benda cair.

Ada yang lebih cepat lagi berubah, yaitu pikiran. Didalam kisah perjalanan ke barat, pikiran diibaratkan sebagai Sun Go Kong, gesit, tidak bisa diam, suka loncat kesana dan loncat kesini, sekali loncat bisa sampai 8.000 lie; dan hanya bisa dikendalikan dengan ikat kepala yang

terbuat dari logam dan dibacakan jampi-jampi oleh Tong Sam Cong, yang diberikan oleh Dewi Kwan Im. Mungkin artinya pikiran yang lincah masih bisa dikendalikan oleh perasaan kasih sayang. Apa betul bisa?

Kecuali pikiran, didalam batin masih ada lagi yang lain, yaitu fungsi kognitif, fungsi memori, perasaan, dan akal budi. Semuanya selalu berubah, tergantung dari rangsangan yang masuk, dan seterusnya berproses secara alami, saling merangsang, saling menghambat, saling memengaruhi dan saling bergantung. Tidak ada yang kekal dan abadi.

Muncul silih berganti, ada yang muncul lagi dan muncul lagi, dan yang mengendap nun jauh di dasar alam bawah sadar, membuat hidup ini terasa tidak nyaman.

Segala sesuatu yang terdiri dari unsur-unsur yang selalu berubah, tidak mungkin kekal dan abadi.

85. Kehabisan Modal

Ada seorang tokoh Buddhis yang terkenal, sering ceramah dimana-mana, sering diundang untuk diskusi Dhamma dimana-mana, suatu saat akan kehabisan modal, otaknya mulai kekeringan Dhamma. Jawaban terhadap pertanyaan yang diajukan mulai monoton, tidak bervariasi dan membosankan. Ini adalah gejala umum, sesuai dengan bertambahnya usia, maka kemampuan otak akan menurun.

Buddha Gotama sangat berbeda, kapasitas otaknya jauh diatas rata-rata, satu hari bisa khotbah berkali-kali tanpa kehabisan bahan ceramah kepada para dewa dan manusia, tidak pernah meleset, semua tepat sasaran, selalu bermanfaat bagi siapapun yang dituju. Jawabannya hanya satu, karena Beliau telah mencapai Sammasambodhi, telah mencapai Penerangan Sempurna, sedangkan kita masih belum.

Ada juga penceramah yang menambahkan cerita wayang dari Mahabharata atau legenda Ramayana atau cerita Sun Go Kong kalau sedang kehabisan modal, asal porsinya tidak terlalu banyak, masih tidak masalah.

Untung sekarang ada internet, para penceramah harus rajin

searching, supaya tidak kalah pintar dari para umat biasa yang hadir di vihara atau cetiya. Mungkin perlu ditambahkan materi tentang internet dalam kursus Dhammaduta atau kursus pandita, hehehe. Dan jangan lupa untuk baca buku-buku yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara Dhamma.

86. Tanpa Restu

Seorang anak mau menikah dengan lawan jenis yang tidak disetujui oleh kedua orangtuanya, ini sudah biasa di zaman sekarang. Bisa kenalan di kampus, di mal, di internet atau ditempat lainnya.

Kalau orangtua tidak setuju pasti ada alasan yang sangat kuat, bisa karena masalah moral, masalah penampilan, masalah agama, masalah etnik, masalah pendidikan, masalah bibit, bebet, atau bobot. Yang pasti tidak ada orangtua yang ingin anak-anaknya hidup menderita.

Di zaman internet ini masih dicurigai ada orang yang jatuh cinta karena pelet, silakan tidak percaya. Kalau sudah dipelet baru tahu rasa. Wkwkwk...

Kawin tanpa restu orangtua sudah pasti akan memberikan beban tambahan kepada pikiran yang bersangkutan, dan buntutnya bisa sakit yang berat-berat, seperti *stroke*, gagal ginjal, kerusakan hati, radang otak atau kanker ganas, yang tergolong ke dalam penyakit psikosomatik.

Adalah kewajiban orangtua untuk mencarikan pasangan yang sesuai bagi anak-anaknya yang mau kawin, supaya mereka bisa berbahagia sampai di hari tua.

Salah satu cara yang memaksa adalah dengan kawin lari, bukan nikah sambil lari-lari. Hehehe...

87. Muntah~Muntah

Muntah adalah mengeluarkan isi perut melalui mulut, rasanya pasti tidak enak, karena kadarnya asam.

Muntah-muntah bisa juga menjadi salah satu tanda kehamilan,

ada calon ibu yang muntah-muntahnya begitu hebat sampai tidak bisa minum, dan akhirnya harus diinfus karena dehidrasi. Wkwkwk...

Ada anak usia 6 tahun yang muntah-muntah, karena ibunya lebih sayang kepada adiknya, ini namanya fenomena *sibling*. Bukan masalah penyakit fisik, namun semata-mata karena faktor kejiwaan. Dengan muntah-muntah ia mendapat perhatian lebih dari ibunya dan anggota keluarga lainnya, sehingga muntah-muntah menjadi senjata yang sangat efektif baginya.

Sebelum adiknya lahir, ia adalah semata wayang, ia menjadi pusat perhatian dalam keluarga, sangat dimanja oleh siapa saja. Kondisi ini berubah setelah adiknya lahir, ia seolah-olah tersingkirkan atau turun panggung.

Yang harus berubah adalah keluarganya, terutama ibunya. Anak ini harus menerima perubahan yang terjadi, ia harus yakin bahwa ia tetap disayang meskipun sudah ada adiknya.

88. Berdikari

Berdiri diatas kaki sendiri, artinya tidak tergantung kepada orang lain.

Indonesia sesungguhnya adalah negara yang besar, rakyatnya banyak, tanahnya subur, lautnya kaya dengan ikan, buminya kaya dengan barang tambang, hutannya kaya dengan berbagai jenis tanaman dan hewan. Bangsa Indonesia seharusnya bisa hidup mandiri tanpa tergantung kepada negara lain. Gobloknya kita, kekayaan negara ini dijual dengan sangat murah kepada bangsa asing.

Sangat disayangkan, karena dipimpin oleh orang-orang yang berpandangan sempit, rakus, egois, keblinger, sok kuasa, pakai aji mumpung, suka pamer, senang diumpak-umpak, kegedean gengsi, dan seterusnya, maka dalam segala bidang kita kedodoran dan tertinggal jauh dari negara-negara lain. Ketergantungan kepada negara lain sangat besar, hampir di semua bidang kehidupan.

Penduduknya suka tawuran, mudah tersinggung, dari pelajar

sampai orang dewasa sama saja. Disiplin pengendaranya amburadul, kalau tidak sangat hati-hati bisa gampang mengalami kecelakaan di jalanan.

Hutang negara ini tidak kira-kira, semua rakyat Indonesia harus kerja bakti untuk bayar bunganya saja yang sangat besar sekali jumlahnya.

Dengan kualitas para remaja yang semakin merosot, hari depan bangsa ini akan semakin kelabu.

Harus ada kesadaran untuk memperbaiki ini semua. Siapa yang mau mulai?

Mari kita berdikari, bukan berdiri diatas kaki orang lain. Wkwkwk...

89. Penyakit Baru

Penyakit baru ini disebabkan oleh virus *West Nile*, sejenis virus yang masuk ke tubuh manusia melalui gigitan nyamuk rumah yang biasa (*culex*). Asalnya dari sebelah barat Sungai Nil di Afrika bagian utara, dan Indonesia adalah negara Asia pertama yang ketularan. Wkwkwk...

Semua penyakit virus gejalanya hampir sama, ada demam, ada menggigil, dan seterusnya. Salah satu sebab utama adalah lemahnya daya tahan tubuh manusia, karena belum membentuk antibodi.

Hampir tidak ada orang yang tidur dalam kelambu, soalnya sudah kuno. Dan reptunya *culex* adalah nyamuk rumah yang biasa beterbangan dimana-mana, bukan *anopheles* (malaria), bukan *aedes aegypti* (demam berdarah) atau *aedes albopictus* (chikungunya).

Terapinya juga hampir sama, istirahat, jaga kondisi tubuh, pertahankan fungsi alat-alat vital.

Jaga diri masing-masing lebih baik. Hati-hati, karena virus ada dimana-mana.

90. Makan

Yang satu ini urusannya harus atau kudu, karena tanpa makan manusia tidak bisa hidup!

Kalau satu hari makan 3 kali, satu minggu 21 kali, satu bulan 90 kali, satu tahun 1080 kali!

Yang susah adalah siapa yang memilih menunya, terus siapa yang harus memasak, siapa yang harus membeli dan menyediakan bahan-bahannya, siapa yang harus menyediakan biayanya?

Menunya siapa yang bikin?

Banyak istri yang bertanya kepada suaminya: "Hari ini mau makan apa?" Dan kalau sudah dijawab apakah si istri mampu menyediakannya? Belum tentu semua istri pandai masak di dapur. Wkwkwk

Ada istri yang hanya bisa menanak nasi, bikin nasi goreng atau rebus mie instan, sisanya beli di restoran. Untung istri saya pandai masak dan bikin panganan, jadi tidak usah sering-sering belanja ke restoran. Tahu sendiri kalau beli masakan dari restoran penuh dengan bumbu penyedap (MSG) yang bikin leher kering.

Kalau mau makan enak seumur hidup, harus cari calon istri yang pandai masak; atau cari mantan koki restoran? Hehehe...

91. Keras Kebangetan

Sekarang usianya diatas 60 tahun, karena menderita gangguan jiwa menggelandang lebih dari 3 bulan. Oleh polisi dikirim ke panti jompo milik dinas sosial, karena masih ingat sedikit maka bisa kasih tahu keluarga.

Ketika masih muda adatnya keras bukan main, suka marah-marah, main pukul, main siksa, sampai anak-anak dan istri ketakutan dan mendendam. Apa yang dilakukannya membuat anggota keluarganya sakit hati dan sakit fisik.

Karena membela anak, istri kabur meninggalkan rumah, sesudah dewasa anak-anaknya juga tidak mau tahu lagi akan nasibnya.

Sesudah beranjak tua, tidak mampu cari uang sendiri, hidupnya menjadi kapiran, terlantar, tersisih dari pergaulan, sanak keluarga hanya bisa membantu sebisanya, sampai akhirnya ia menjadi

gila dan berjalan tanpa tujuan atau tanpa arah.

Sikap keras yang berlebihan tidak boleh, sikap tegas tidak masalah. Akibatnya sangat jelas, anak-anak lupa dengan budinya dan hanya ingat kekejamannya saja.

Ingat bahwa roda pedati itu selalu berputar. Pentilnya tidak selalu ada diatas. Tidak boleh bersikap takabur dan keras kepala.

92. Mobil Otomatis

Maksudnya tanpa injak kopling gigi bisa pindah sendiri. Mula-mula dibuat untuk mereka hanya punya satu kaki, tetapi sekarang banyak orang yang kakinya dua juga pakai mobil matik.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan:

1. ganti aki sebelum soak
2. boleh siapkan tali untuk geret mobil
3. boleh siapkan *jumper cable*, atau yang sejenis
4. siap-siap telepon ke penjual aki agar mengirimkan aki ke mobil anda yang sedang mogok karena tidak bisa di-starter, karena mobil matik tidak bisa didorong supaya nyala mesinnya.

93. Tidak Menghalalkan Segala Cara

Setiap orang boleh punya cita-cita, kalau perlu setinggi bintang di langit.

Yang menjadi masalah, garis tangannya tidak cocok, alias hokinya tidak sampai kesitu. Tidak semua prajurit bisa jadi kapten, tidak semua kapten bisa jadi kolonel, tidak semua kolonel bisa jadi jenderal, tidak semua jenderal bisa jadi jenderal besar.

Ketika saya latihan kepanduan atau kepramukaan, tujuan memang penting, namun bukanlah yang paling penting. Cara untuk mencapai tujuan lebih penting, usaha atau upaya yang dilakukan jauh lebih penting, yaitu tidak melanggar janji pandu, salah satunya adalah suci dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan.

Orang yang menghalalkan segala cara untuk mencapai tujuan lebih sering gagal ditengah jalan sebelum tujuannya tercapai.

Mau menjadi orang kaya boleh-boleh saja, tetapi caranya mencapainya harus benar, bukan dengan tipu ke kiri dan tipu ke kanan, bukan dengan ngemplang ke depan dan ngemplang ke belakang, bukan dengan mencopet, bukan dengan mencuri, bukan dengan merampok.

Mau menjadi orang pintar (S-2 atau S-3) boleh-boleh saja, tetapi cara mencapainya harus benar, bukan dengan melakukan plagiat terhadap karya orang lain.

Mau menjadi penguasa lewat partai politik boleh-boleh saja, tetapi cara mencapainya harus benar, bukan dengan obral janji, bukan dengan ancam ke kiri dan ancam ke kanan, bukan dengan pencitraan yang menghanyutkan.

Mau jadi raja boleh-boleh saja, tetapi caranya harus benar, bukan dengan membunuh saudara-saudara seayah lain ibu yang menjadi kompetitor.

Ingatlah bahwa semua perbuatan adalah coretan karma yang meninggalkan jejak dalam alam bawah sadar masing-masing. Yang pasti semua hutang harus dibayar berikut bunganya.

94. Salah Satu Komentar

"Pak Surya Widya, terima kasih, kemarin ini saya sudah membaca buku *Setitik Cahaya Dibalik Kabut* yang ke-7, banyak membantu saya untuk menjadi tahu akan hal-hal yang sudah pernah terjadi dengan saya ataupun yang belum, dan semakin memotivasi saya, memberi inspirasi kadang di situasi yang sulit, memudahkan saya untuk bisa menentukan sikap, sebelumnya saya ragu-ragu atau tidak tahu; dan benar semakin membuka wawasan saya tentang banyak hal. Saya suka sekali, malahan jadi ingin membaca buku-buku yang lain..., bisa kasih tahu bagaimana saya bisa mendapatkannya?

Sekali lagi terima kasih,

Salam - AYS."

(Terus terang saya tidak menduga atau tidak menyangka bahwa tulisan-tulisan ringan dan iseng yang saya buat ternyata bisa bermanfaat bagi teman-teman sekalian, meskipun ada juga yang tertawa sendiri dan panas kupingnya karena merasa tersindir)

95. Bandel, Bandel, Bandel

Yang punya gedung parkir telah memberi tanda tidak boleh belok kiri, maksudnya sudah jangan mengganggu arus lalu lintas kendaraan yang lewat.

Karena mau lebih cepat, lebih dekat, lebih ngirit bahan bakar, tidak mau berputar, jadi banyak mobil yang tidak peduli dengan tanda ini. Tanpa peduli dengan mobil orang lain. Mungkin ada alasan lain, yaitu masih sepi.

Agar dipatuhi, pemilik gedung parkir menambahkan kerucut pemisah jalan yang terbuat dari fiber, tujuannya sama, yaitu supaya mobil tidak langsung belok kiri. Yang ini tetap saja dilanggar, meskipun lebih sulit, masih tetap memaksakan diri untuk langsung belok kiri. Wkwkwk...

Andaikata pemilik gedung menambahkan seorang petugas untuk mengatur, belum tentu para pengemudi itu mau mematuhi rambu-rambu yang tersedia.

Mungkin yang salah adalah ketidakpatuhan, salah satu aspek kepribadian yang semakin mencuat meruncing disegala bidang kehidupan di Indonesia. Aspek yang sangat buruk, tanda dari antisosial, tanda dari kemerosotan moral yang sangat memprihatinkan.

Andaikata ada hukumannya, juga belum tentu dipatuhi. Tidak ada kapoknya. Wkwkwk...

96. Daun Sirsak Antikanker

Salah satu obat anti kanker adalah daun sirsak, silakan kalau mau dicoba.

1. Rebus dengan api kecil 10 lembar daun sirsak (yang pohonnya sudah

berbuah), dari 2 gelas air menjadi 1 gelas air.

2. Air rebusan daun sirsak diminum pagi satu gelas dan sore satu gelas.

3. Air rebusan daun sirsak boleh diminum terus-menerus tanpa efek samping yang berarti, khasiatnya seperti kemoterapi yang lain, hanya tidak merusak sel muda manusia yang normal.

4. Setelah diminum terus-menerus selama 3 minggu boleh istirahat satu minggu, untuk kemudian diteruskan lagi.

5. Daun sirsak sekarang mudah dibeli di pasar

Harganya pasti lebih murah dari kemoterapi yang lain.

97. Diet Antikanker

Diet antikanker sesungguhnya mungkin hanya bisa menunda, tidak memberantas kanker secara tuntas.

Karena sel kanker dalam pertumbuhannya sangat membutuhkan protein, maka diet anti kanker adalah diet bebas protein, baik protein hewani maupun protein nabati.

Selama 3 bulan harus istirahat total, hanya makan buah-buahan dan sayuran-sayuran yang tidak mengandung protein sama sekali.

Berat badan pasti akan turun secara drastis, karena protein yang dibutuhkan oleh tubuh juga tidak ada.

Diharapkan karena tidak ada asupan protein sama sekali, maka sel kanker akan berkurang kemampuannya untuk membelah diri menjadi banyak.

Mungkin hasilnya akan lebih baik apabila ditambah dengan berdoa, baca paritta dan meditasi sebagai terapi komplementer.

98. Banjir di Mana-Mana

Mau dibilang bencana alam juga boleh, tetapi masalah banjir lebih banyak karena ulah manusia yang sembarangan memperlakukan alam.

Kalau pohon-pohon di daerah hulu tidak ditebangi, pasti jarang banjir.

Kalau tanah pegunungan tidak dipapas, dan hanya ditanami sayur-

sayuran atau bunga, pasti jarang banjir.

Kalau batu-batu gunung tidak digali, tanahnya tidak dikeruk untuk urukan, apalagi reklamasi, pasti jarang banjir.

Kalau didaerah resapan tidak terlalu banyak villa dan bangunan beton, pasti jarang banjir.

Kalau aliran sungai dijaga tetap lebar dan bersih, pasti jarang banjir.

Kalau manusia sepanjang aliran sungai manusia tidak buang sampah sembarangan, pasti jarang banjir.

Kalau danau atau situ tetap dibiarkan untuk menampung air yang berlebih dari hulu sungai, pasti jarang banjir.

Para ahli fengsui pasti lebih pandai dari saya mengenai urusan air yang satu ini.

99. Kemana Sesudah Mati?

Sesudah mati, para arahat tidak kemana-mana, tidak dilahirkan lagi. Mencapai Parinibbana.

Sesudah mati, para anagami bisa terlahir di alam dewa (apabila tidak memiliki jhana) atau di alam brahma (apabila memiliki jhana), tidak lagi dilahirkan di alam manusia.

Sesudah mati, para sakadagami, masih bisa terlahir kembali ke alam manusia satu kali lagi, sisanya terlahir di alam dewa (surga).

Sesudah mati, para sotapana, paling banyak 7 kali lagi terlahir kembali ke alam manusia, sisanya terlahir di alam dewa.

Sesudah mati, orang-orang yang banyak berbuat baik dan sedikit berbuat jahat bisa terlahir di alam manusia atau di alam dewa.

Sesudah mati, orang-orang yang banyak berbuat jahat dan hanya sedikit berbuat baik, akan terlahir di alam apaya:

- dibawah pengaruh kebencian (dosa), akan terlahir di alam neraka.
- dibawah pengaruh kebodohan (moha), akan terlahir di alam hewan.
- dibawah pengaruh keserakahan (lobha), akan terlahir di alam peta (setan)

- dibawah pengaruh keserakahan akan kekuasaan, akan terlahir di alam asura (jin)

Alam bawah sadar penuh terisi dengan memori masa lalu, ada yang baik dan ada yang buruk, menentukan kondisi kehidupan setiap makhluk dalam kehidupan selanjutnya. Sedangkan gambaran pikiran yang muncul sebelum mati akan menentukan ke alam mana akan dilahirkan.

100. Sepatu

Yang enak adalah yang pas di kaki.

Sepatu yang terlalu besar pasti tidak nyaman, namanya koplak. Jalan menjadi aneh. Kalau hanya satu nomor masih bisa dikasih ganjel sedikit.

Sepatu yang terlalu kecil lebih tidak nyaman lagi, sebaiknya dikasih orang lain saja, daripada jamur di tempat penyimpanan sepatu. Kalau dipakai terus bisa bikin sakit dan jalannya pincang sedikit. Wkwkwk...

Meskipun nomornya sudah pas, model masih berbicara. Kaki lebar tidak cocok untuk sepatu yang lancip diujungnya. Rasanya lebih penting rasa enak dan nyaman di kaki daripada model yang keren.

Yang paling enak adalah sepatu yang terbuat dari kulit lembut, lunak dan sangat nyaman dipakai. Untuk beli sepatu sebaiknya janganlan terlalu pelit, karena pasti berjam-jam nempel ke kaki.

Jaman dulu sepatu baru selalu bikin lecet di tumit, sehingga harus dikasih minyak sayur sedikit.

Apakah ada yang punya sepatu lebih banyak dari Imelda Marcos?

101. Unsur-Unsur

Menurut Buddha ada 4 unsur yang membentuk segala sesuatu, yaitu unsur logam (padat), unsur cair (perekat), unsur udara, dan unsur panas (energi)

Menurut mitologi Tiongkok ada 5 unsur: yaitu emas, kayu, tanah, air, dan api.

Tahun depan adalah shio kuda kayu, mungkin orang-orang yang terlahir pada tahun depan harus kerja keras seperti kuda. Hehehe

Menurut ilmu fisika tentu unsur-unsur akan lebih banyak lagi, misalnya untuk logam saja: ada emas, perak, tembaga, aluminium, nikel, uranium, titanium, platina, dan seterusnya.

Unsur-unsur pembentuk atom adalah positron, neutron, elektron yang selalu bergerak tiada henti. Setiap logam berbeda-beda komposisinya, dan juga bisa berubah bentuk apabila dilakukan intervensi.

Yang penting manusia terdiri dari unsur jasmani yang bisa dilihat atau diraba, dan ada unsur jiwa yang terdiri dari pikiran, perasaan, pencerapan, dan kesadaran. Semua unsur selalu berubah tiada henti, baik jasmani maupun jiwa; sesuatu yang terbentuk dari unsur-unsur yang tidak kekal tidak mungkin menjadi kekal.

Perubahan yang pasti adalah menjadi tua atau lapuk, dan akhirnya tercerai-berai kembali. Setelah kematian jiwa dan jasmanipun akan terpisah.

102. Terjatuh

Kalau sudah tua, kedua tungkai sudah gemetar, sudah pakai tongkat, harus dipapah, supaya jangan terjatuh.

Yang paling sering orang tua terjatuh di kamar mandi, sebabnya banyak, bisa lantainya yang licin, banyak air sabun, tidak ada pegangan, atau lampunya kurang terang.

Ada yang jatuh dulu, lalu kepalanya terbentur dinding atau pintu, baru pingsan, kena gegar otak, dan bisa saja keterusan menjadi *stroke*. Ada yang *stroke* dulu, baru terjatuh ke lantai kamar mandi.

Untungnya semua jatuh itu pasti ke bawah, bukan jatuh ke atas. Hehehe...

Sebaiknya pintu kamar mandi bisa dibuka dari luar, supaya kalau ada apa-apa bisa cepat tertolong. Yang penting daun pintu kamar nanti dibuka ke arah luar, bukan ke arah dalam.

Tidak ada yang mau terjatuh, apalagi berkali-kali.

103. Marah Belakangan

Kalau marah duluan, begitu mengalami hal-hal yang tidak berkenan di hati langsung marah.

Kalau marah belakangan, setelah mengalami hal-hal yang tidak berkenan di hati, mikir dulu, renungkan dulu, pahami dulu, mengerti dulu, pertimbangkan dulu, bila perlu hitung dulu sampai satu juta, baru marah.

Banyak orang marah duluan, bukan marah belakangan. Hal-hal kecil seringkali sudah membuat hati tersinggung, terus marah besar. Dalam film-film India, si tokoh keras kepala memegang dada sebelah kiri, wajahnya meringis, badannya terus ambruk kena serangan jantung, dan mati dengan mata melotot. Wkwkwk...

Agar bisa marah belakangan, memang tidak mudah. Agar bisa marah belakangan, harus belajar untuk melihat tanpa bereaksi, tanpa memberikan respon sama sekali, harus belajar melihat dari atas, harus belajar terlepas dari situasi yang ada. Agar bisa marah belakangan, harus belajar bersabar, harus belajar lebih bijaksana dan lebih arif.

Siapa mau?

104. Saat Memerlukan Konsultasi

1. Sama sekali tidak bisa tidur di malam hari.
2. Sesudah bangun tidur di pagi hari, tidak mau turun dari ranjang.
3. Maunya tidur terus sepanjang waktu.
4. Berpikir mau bunuh diri, yakin bahwa mati lebih enak daripada hidup.
5. Segala hal sudah tidak menarik hati lagi.
6. Pasangan sudah tidak tertarik lagi pada anda tanpa anda ketahui sebabnya.
7. Sukar menemukan pekerjaan yang anda inginkan.
8. Sering bertengkar dan memutuskan hubungan persahabatan.
9. Tidak bisa mengambil keputusan di saat yang genting atau penting.

10. Sering sakit-sakitan atau mengalami kecelakaan secara berturut-turut.
11. Lebih sering belanja, boros, membeli yang tidak dibutuhkan.
12. Serangan alergi semakin mengganggu dan semakin sukar diatasi.
13. Merokok lebih banyak atau minum minuman keras lebih banyak.
14. Sering mengeluarkan air mata tanpa alasan.
15. Merasa cemas tanpa ada juntrungannya.
16. Merasa takut kalau berada sendirian.
17. Meskipun memiliki penghasilan yang cukup lumayan, hidup dalam kekurangan, banyak hutang.
18. Sukar memperoleh teman baru.

105. Banjir Lagi, Banjir Lagi

Banjir memang fenomena alam, namun rasanya tangan manusia sudah sangat dominan, dibandingkan dengan fenomena alam lainnya seperti gempa bumi, gunung meletus, angin puyuh, tsunami, dan lain-lain.

Membangun perumahan di daerah resapan air, membatat pohon-pohon keras yang mampu menangkap air hujan, menutup tanah dengan semen dan beton, pasti akan menyebabkan banjir di dataran rendah, karena air langsung mengalir dalam debit yang besar ke arah laut.

Membangun perumahan di atas situ atau danau yang khusus untuk menampung air banjir hasilnya juga sama saja.

Membangun rumah di bantaran sungai tempat air mengalir, mempersempit lebar sungai, hasilnya juga sama.

Membuang sampah sembarangan ke kali, termasuk membuang sofa dan kasur *springbed*, juga berperan menyebabkan banjir.

Saluran air yang tertutup lumpur dan sampah yang mengeras, juga berperan menyebabkan banjir.

Sungai dan waduk yang dangkal juga berperan menyebabkan banjir.

Pembuatan tanggul yang dikorupsi sehingga mudah jebol juga berperan menyebabkan banjir.

Adanya pasang naik, banjir kiriman, dan hujan yang sangat lebat, adalah trio yang saling mendukung menyebabkan banjir di Jakarta.

Meskipun sudah langganan banjir sejak tahun 1965, orang-orang Jakarta biasanya lupa diri kalau sudah datang musim panas. Emangnya gue pikirin.

106. Perasaan yang Berbahaya

Karena memiliki jaringan syaraf sensorik, maka manusia dapat merasakan sesuatu lewat panca indra. Dan semua pengalaman, termasuk merasakan sesuatu direkam di dalam pusat indra masing-masing. Entah sudah berapa banyak kesan atau sensasi yang berada dalam deposit otak setiap manusia.

Setelah merasakan sesuatu yang menyenangkan, sudah dapat dipastikan terdapat keinginan untuk mengulangi hal yang menyenangkan tersebut, terus mengulangi lagi, tidak pernah ada puasnyanya. Memang ada yang menjadi muak atau mual, lalu berhenti, namun lebih banyak yang menjadi semakin gandrung dan serakah, semakin lama semakin tamak atau rakus.

Dan supaya bisa merasakan terus tanpa hambatan, maka pasti ada keinginan untuk memiliki segalanya. Semakin serakah, semakin banyak ingin memiliki.

Sebaliknya apabila merasakan sesuatu yang tidak menyenangkan, sudah dapat dipastikan terdapat keinginan untuk tidak mau mengulangi lagi hal tersebut, bila perlu segala hal yang berkaitan dengannya dilenyapkan dari muka bumi! Ini adalah sumber dari kebencian, yang diteruskan dengan pemusnahan, termasuk *genocide*.

Kalau setiap orang dapat mengendalikan perasaannya masing-masing, dan tidak dikendalikan oleh perasaan yang berbahaya, maka dunia ini akan lebih damai.

107. Psikoanalisa ala Buddhis

Istilah psikoanalisa sangat melekat dengan nama Sigmund Freud, pendiri dari psikiatri, tadinya seorang neurolog.

Ada Id, ada Ego dan ada Super Ego, ada Alam Sadar, ada Alam Bawah Sadar, Ada konflik kejiwaan, ada mekanisme pertahanan kejiwaan, dan seterusnya.

Menurut Buddhisme jiwa manusia yang selalu berubah, hanya terdiri dari citta dan cetasika. Citta adalah kesadaran yang bekerjanya sangat tergantung kepada rangsang indra, hilang timbul tiada henti, berlandaskan adanya jaringan syaraf yang sehat. Begitu ada rangsang baru, citta yang lama akan lenyap, dan seterusnya. Sedangkan cetasika terdiri dari vedana (perasaan), sankhara (bentuk pikiran) dan sannya (pencerapan).

Sannya bekerja dengan kecepatan listrik, sangat cepat sekali, sehingga tidak mungkin untuk dimonitor dalam meditasi. Vedana dan sankhara masih bisa disadari dan diikuti prosesnya dalam meditasi.

Meditasi yang cukup lama, lebih dari 1 jam, dapat menyentuh alam bawah sadar, sehingga pengalaman-pengalaman masa lalu bisa muncul dalam alam kesadaran. Yang muncul bisa pengalaman yang menyenangkan, atau pengalaman yang tidak menyenangkan, bahkan yang mengerikan!

Didalam meditasi Buddhis ada yang dinamakan pembersihan atau penyucian batin (*mental purification*), melalui pencerahan demi pencerahan. Dan ini bukanlah melalui pengosongan pikiran.

108. Raja-Raja Awal Majapahit

Istri pertama dari Raja Kertarajasa, raja pertama Majapahit, adalah putri dari Kertanegara, sedangkan Kertanegara adalah raja terakhir dari Singosari.

Istri keduanya (selir) adalah Dara Petak, orang Melayu, melahirkan seorang putra yang bernama Jayanegara. Jayanegara separo Jawa dan separo Melayu.

Karena dari istri pertama Kertarajasa tidak memperoleh seorang putra mahkota, maka raja kedua Majapahit adalah Jayanegara, anak selir, orang seberang.

Jadi jangan heran apabila teman-teman Raden Wijaya merasa tidak puas dipimpin oleh orang seberang, buntutnya adalah berontak.

Entah ceritanya bagaimana, Jayanegara mati karena infeksi, atau diracun? Maka selanjutnya yang paling berhak atas tahta Majapahit adalah permaisuri dari Kertarajasa (putri dari Kertanegara).

Mungkin karena dulunya tidak mau dimadu, merasa kecewa, permaisuri Kertarajasa menjadi bhikshuni. Karena sebagai seorang bhikshuni tidak cocok untuk jadi ratu Majapahit, maka putrinya yang bernama Tribuanatunggadewi diperintahkan untuk menggantikannya menjadi ratu. (Setelah ibundanya meninggal dunia, Tribuanatunggadewi turun tahta).

109. Duit Seperti Air

Artinya bukan uang berubah menjadi benda cair, namun cepat habis seperti dituang atau bocor dimana-mana.

Bisa juga berarti nilai uang semakin merosot alias inflasi, barang-barang harganya naik semua, sedangkan penghasilan tidak ikut naik.

Sepuluh tahun yang lalu, kalau ke supermarket, satu kereta dorong penuh barang belanjaan paling mahal 200 ribu rupiah, sekarang ini 500 ribu rupiah mungkin masih belum penuh.

Mungkin sudah waktunya untuk lebih kuat mengikat pinggang, maksudnya tidak hanya menahan lapar, namun juga menahan diri untuk tidak belanja barang-barang yang kurang begitu dibutuhkan.

Apakah ini merupakan alasan mengapa ikatan persaudaraan atau persahabatan menjadi mudah luntur?

Masalahnya sederhana, yang gratis hanya menghidup udara untuk bernapas, sisanya harus bayar.

110. Empat Cara yang Salah

Empat cara yang salah dalam membesarkan anak:

1. Orangtua bersikap otoriter, anak diperlakukan seperti tentara atau anak buah, dipaksa untuk melakukan segala hal yang diinginkan oleh orangtua, dan kalau gagal dihukum secara fisik seperti dipukul, dicubit, atau disuruh *push-up*. Lama-lama bisa membuat anak menjadi pemberontak atau penentang, sehingga sukar diatur, atau ada juga yang menjadi sangat penurut, cari aman.
2. Orangtua yang bersikap cuek, masa bodoh. Mau pintar atau bodoh di sekolah, tidak mau tahu. Ambil rapor suruh pembantu. Anak berbuat salah dibiarkan, anak berbuat baik juga dicuekin. Anak tumbuh kembang sesuai dengan selera sendiri, orangtua tidak peduli. Sesudah besar anak sudah terbiasa berbuat seenak perutnya, juga susah diatur.
3. Orangtua yang terlalu melindungi anak. Anak salah atau benar dibela teruus. Kalau anak tidak naik kelas yang disalahkan pasti sekolah atau guru-gurunya. Si anak tidak pernah salah, selalu benar. Lama-lama membuat si anak menjadi sangat tergantung kepada orangtuanya, kalau payung pelindungnya hilang, dapat dibayangkan stresnya. Anak menjadi tidak mandiri dan sangat egois.
4. Orang tua yang terlalu menuruti kehendak anak. Mau apa saja pasti dibelikan, minta satu dibelikan tiga, asal tidak minta matahari. Hehehe. Anak menjadi kehilangan motivasi untuk maju, untuk apa susah-susah belajar, kalau dengan merengek sedikit semua keinginan terpenuhi.

Banyak orangtua yang ketika masih kecilnya hidup susah atau menderita, lalu memanjakan anak-anaknya secara tidak wajar, supaya tidak susah atau menderita seperti dirinya. Wkwkwk

Di hari tua, si orangtua akan sakit kepala tujuh keliling, karena si ulah anak yang selalu menimbulkan masalah.

Percayalah, bahwa membesarkan anak jauh lebih susah dari bikin anak. Whhhrrr....

111. Apa Gunanya?

Apa gunanya menjadi menteri kesehatan, kalau tidak bisa meningkatkan derajat kesehatan suatu bangsa?

Apa gunanya menjadi orangtua, kalau tidak bisa membesarkan anak agar menjadi orang yang berguna?

Apa gunanya menjadi anak, kalau tidak bisa berbakti kepada kedua orangtua?

Apa gunanya menjadi dosen, kalau tidak bisa membuat mahasiswanya menjadi sarjana yang pandai?

Apa gunanya menjadi polisi, kalau tidak bisa memberantas kejahatan dan membuat masyarakat merasa aman?

Apa gunanya menjadi pamongpraja, kalau tidak bisa melayani rakyat dengan sebaik-baiknya?

Apa gunanya menjadi rohaniwan, kalau tidak bisa membuat umatnya menjadi orang-orang yang baik?

Apa gunanya menjadi anemer, kalau bangunan proyek sudah roboh dalam hitungan minggu?

Apa gunanya menjadi tentara, kalau tidak berani angkat senjata mempertahankan kedaulatan negaranya?

Apa gunanya menjadi dokter, kalau tidak bisa menyembuhkan orang yang sedang sakit?

Apa gunanya jadi menjadi manusia, kalau kerjanya hanya bikin susah orang lain dan bermalas-malasan.

Wkwkwk.....

112. Penumpang Gelap

Meskipun sudah menjadi anggota Walubi, pada tahun 1979, oleh pihak yang berkuasa waktu itu, umat Buddha masih dianggap rapuh dalam persatuan, maksudnya dalam hal doktrin.

Dalam sebuah pertemuan di jalan Madiun setiap majelis agama Buddha yang menjadi anggota Walubi waktu itu, diwajibkan untuk mengungkapkan cirinya masing-masing. Semuanya mengakui Buddha Gotama sebagai pendiri agama Buddha, semuanya mengakui

bersumber kepada Kitab suci Tipitaka atau Tripitaka, mengakui hukum karma dan tumibal lahir, dan seterusnya.

Menurut saya ada 2 majelis yang menjadi penumpang gelap, yang mengaku memiliki ciri-ciri agama Buddha, padahal sebenarnya hanya berpura-pura, melakukan kebohongan publik. Dengan menjadi anggota Walubi mereka merasa aman, bisa tumbuh besar, dan sekarang sudah tumbuh sayap.

Pihak pemerintah yang seharusnya melakukan bimbingan dan skrining mudah disuap, sehingga mereka bisa aman-aman saja beroperasi dengan bebas dan merdeka sampai puluhan tahun. Di beberapa daerah mereka bahkan mendapat dukungan penuh dari pembimas Buddha!

Pada praktiknya mereka selalu membujuk umat Buddha yang "*mainstream*" untuk pindah ke majelis mereka dengan segala cara, dari halus sampai kasar, dari makan siang sampai melunasi hutang. Wkwkwk...

Mungkin itu salah satu sebab mengapa MAGABUDHI keluar dari Walubi pada tahun 2000.

113. Tinnitus

Ada teman saya yang sudah bertahun-tahun menderita gangguan tinnitus, segala macam obat sudah dicoba, segala macam terapi untuk dijalani, namun tidak sembuh juga.

Dengan meditasi samatha memang meredakan, namun tidak menghilangkan. Berbagai teknik meditasi sudah dicoba, juga belum sembuh 100%.

Ada temannya yang berobat tinnitus dengan profesor akupunktur dari Tiongkok, ternyata profesor itu juga menderita tinnitus yang tidak kunjung sembuh.

Teman saya itu sudah berobat ke beberapa dokter, yang ternyata dokternya juga menderita tinnitus.

Ada suara berdenging di telinga yang tidak hilang-hilang,

semakin sepi, semakin malam, suara itu semakin jelas terdengar. Semakin tegang, semakin stres, suaranya semakin keras.

Kalau tidak bisa dihilangkan atau disembuhkan, lalu harus marah kepada siapa?

Selanjutnya teman saya itu belajar menerima tinnitus sebagai bagian dari hidupnya, mungkin semacam membayar buah karma buruk dari masa lalu. Menghapus penolakan terhadap gangguan tersebut, berdamai dengan penyakit itu.

Mungkin hampir sama dengan kasus migrain, cephalgia, atau nyeri di bagian tubuh yang lain.

114. Cita-Cita

Pendiri dinasti Han adalah Liu Pang, awalnya adalah seorang pegawai rendahan kabupaten di sebuah kota kecil. Dia adalah seorang pemimpin yang punya banyak kawan yang setia, karena ia adalah orang yang setia kawan, dan membela sahabat dalam kesusahan.

Kompetitornya adalah Xiang Yu, seorang yang pandai bertempur atau berkelahi, tenaganya luar biasa, namun tidak pandai bersiasat, strateginya payah, hanya mengandalkan kekuatan belaka. Akhirnya ia terpojok oleh pasukan Han dan mati bunuh diri, meskipun ada kesempatan untuk meloloskan diri. Harga diri jauh lebih mahal daripada nyawanya.

Salah satu pendorong Liu Pang adalah istrinya yang sangat ambisius, namanya Lu Shi. Ketika datang melamar, Liu Pang tidak punya apa-apa, ia hanya punya ambisi atau cita-cita. Meskipun orangtua Lu Shi menolak lamaran Liu Pang, ia mendesak orangtuanya untuk menerima, Lu Shi mengatakan ia menikah dengan Liu Pang yang akan datang, yang akan menjadi orang besar.

Ketika Liu Pang perlu biaya untuk belanja pasukannya, Lu Shi membujuk orangtuanya untuk mengorbankan semua harga kekayaan keluarganya. Sebuah investasi yang penuh risiko dan strategis.

Dinasti Han bisa bertahan lebih dari 300 tahun, sedangkan

kerajaan Majapahit hanya bertahan selama 234 tahun.

Seorang pendiri kerajaan yang memiliki cita-cita besar akan membuat semua kaisar keturunannya untuk meneruskannya, yaitu lebih mementingkan kesejahteraan rakyat daripada kesejahteraan keluarga raja di istana.

Raja yang mencintai rakyatnya juga akan dicintai oleh rakyatnya, karena itulah dinasti Han bisa tahan lama.

115. Wisata

Ada wisata kuliner, yang dicari adalah rumah makan yang menyajikan makanan-makanan yang nikmat.

Ada wisata budaya, yang dicari tentu hasil budaya dari masyarakat masa lalu, bisa ke candi, museum, karya seni, atau kerajinan.

Ada wisata belanja, yang dicari adalah toko-toko yang menjual barang-barang eksklusif atau sedang lelang cuci gudang

Ada wisata seks, biasanya kaum pria yang suka mencari pertunjukan atau pelayanan dibidang seks yang menggiurkan.

Ada wisata alam, yang dicari adalah pemandangan yang indah, bisa ke pegunungan, ke pantai laut, ke danau, atau ke gua yang indah

Ada wisata bahari, yang paling sering adalah menyelam, melihat bunga karang yang indah-indah, dan ikan-ikan yang bagus

Ada wisata banjir, melihat aliran sungai yang sedang meluap, bisa sambil membantu korban banjir.

Ada wisata religius, mengunjungi lokasi-lokasi yang memiliki nilai keagamaan dan bangunan ibadah yang berusia ratusan tahun, sambil melaksanakan kewajiban keagamaan.

Ada wisata sejarah, mengunjungi tempat-tempat bersejarah dalam rangka membangkitkan rasa cinta tanah air.

Ada juga wisata kesehatan, pergi jalan-jalan sambil *general check-up*.

Ada wisata gunung meletus di Sinabung, hari ini tercatat sudah jatuh korban 14 orang, terkena awan panas diatas 600 derajat celcius.

Ada lagi wisata luar angkasa, melihat dunia dari kaca satelit yang sedang mengelilingi bumi.

116. Menyela

Menyela artinya mengambil jalan orang lain, alias tidak mau antri.

Setiap kali saya mau masuk *underpass* dari lajur dua didekat Stasiun Senen, selalu ada dua baris mobil dari sebelah yang kiri mau menyela masuk *underpass* tanpa antri. Memang kesel sih melihatnya, setiap hari dan tidak kapok-kapoknya, karena kalau toh ada polantas, mereka hanya menyaksikan saja tanpa berbuat apa-apa. Seharusnya mereka ditilang atau paling sedikit ditegur karena telah memotong garis sambung!

Kesan saya, salah satu sebab lalu lintas menjadi amburadul karena polisi tidak berbuat banyak untuk mendidik, menindak atau menghukum para pelanggar rambu-rambu lalu lintas. Payaaah.

Dimulai dengan begitu mudahnya memperoleh surat ijin mengemudi, yang penting bisa bayar. Wkwkwk...

Yang pasti peran serta masyarakat juga sangat lemah, anak belum cukup umur sudah diizinkan oleh orangtuanya untuk mengendarai mobil atau motor, tanpa SIM lagi.

Jaman dulu senior saya, seorang psikiater (RS) sejak saya kenal tidak pernah nyetir mobil, meskipun ia punya SIM. Belakangan baru cerita bahwa ia pernah menabrak dengan sengaja mobil yang menyela didepannya sampai pintunya ringsek! Dan gawatnya si supir adalah seorang tentara, dan selanjutnya kepalanya ditodong dengan pistol mau ditembak. Sejak itu beliau tidak berani lagi setir mobil sendiri.

Zaman sekarang semua orang berani menyela, tidak hanya tentara!

117. Sayang Cucu

Pagi ini, seorang kakek tua mengantarkan cucu laki-lakinya yang masih kecil ke sekolah. Mulutnya tidak berhenti memberi nasihat, tangan kirinya membawa ransel sekolah cucunya, sedangkan si cucu

berjalan didepan tanpa mau mendengarkan si kakek.

Memang kalau ayah dan ibu harus sibuk cari uang, maka kakek dan nenek ketiban pulung, harus menjaga, mengasuh, mengurus, sampai memberi makan cucunya.

Kalau si kakek dan nenek sudah tahu bagaimana menjadi kakek dan nenek yang baik memang tidak masalah. Yang menjadi masalah tidak ada kursus untuk menjadi kakek dan nenek yang ideal, yaitu belajar untuk tidak memanjakan si cucu, tidak melindunginya secara berlebihan, berani menghukum si cucu jikalau melakukan kesalahan, dan seterusnya. Bukunya juga belum ada yang terbitkan. Hehehe...

Ada seorang pria yang nilai semuanya oke pada tes MMPI, kecuali nilai Es-nya hanya 29. (Es = *Ego Strength*).

Alasannya hanya satu, kedua orangtua sibuk cari uang, ayahnya jadi penyiar radio dan ibunya jadi PNS, ketika masih kecil diasuh oleh neneknya sampai berusia 9 tahun. Ketiga orang adiknya memang masih patuh kepadanya, akan tetapi kalau berhadapan dengan masalah besar, nyalinya menjadi ciut dan mundur teratur.

Dengan Es hanya 29, ia tidak memenuhi syarat untuk menjadi pemimpin. Sayang sekali.

Sayang cucu boleh-boleh saja, tetapi harus tahu caranya.

118. Jaga Kesehatan Otak

Ada yang bernama *minimal brain damage*, biasanya terjadi pada anak-anak dalam masa pertumbuhan, mengakibatkan banyak gejala neurologik maupun kejiwaan.

Ada yang bernama *permanent brain damage*, biasanya terjadi pada olah raga berat, kepala suka terbentur keras, seperti tinju, balap mobil, balap motor, senam, dan lain sebagainya. Kalau sudah rusak permanen artinya banyak sel otak yang mati.

Ada yang bernama *cerebral palsy* (Kelumpuhan Otak Besar) adalah suatu keadaan yang ditandai dengan buruknya pengendalian otot, kekakuan, kelumpuhan, dan gangguan fungsi saraf lainnya.

Ada yang bernama *stroke*, yaitu adanya bagian otak yang kekurangan darah akibat adanya pembuluh darah yang tersumbat atau pecah, menyebabkan penurunan kesadaran, kelumpuhan, lupa ingatan, koma sampai mati.

Gangguan Alzheimer, yaitu terjadinya kematian sel-sel otak secara bertahap secara permanen, mengakibatkan gangguan ingatan, gangguan penilaian, gangguan kepribadian, gangguan kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari dan seterusnya.

Masih ada lagi yang disebut *encephalitis*, yaitu radang pada otak, yang juga akan mengakibatkan banyak hal yang merugikan fungsi luhur dari syaraf otak.

Menjaga kesehatan otak adalah sangat penting, otak itu ibarat ibukota negara. Kalau jaringan otak sudah rusak, fungsi tubuh lainnya pasti akan terganggu.

Tanpa otak yang sehat, tidak akan ada jiwa yang sehat.

119. Usaha Mencegah Kanker

1. Menghindari makanan yang diasap, dibakar atau diolah dengan berbagai bahan kimia yang *karsinogenik*.
2. Tidak merokok, karena sudah terbukti telah menyebabkan kanker paru-paru.
3. Menghindari makanan dengan zat pewarna yang terbuat dari bahan-bahan yang berbahaya.
4. Makan buah dan sayur segar yang kaya serat dan kaya antioksidan.
5. Rutin berolah-raga, ringan, tetapi sering dan teratur.
6. Menghindari paparan sinar gelombang pendek, karena dapat mengubah DNA/RNA.
7. Menjaga supaya batin selalu berbahagia, tenang, santai, dan tidak tegang.
8. Lebih banyak tersenyum atau tertawa sehat.
9. *Safe sex*.

Memang yang sulit dihindari adalah infeksi virus penyebab

kanker dan gelombang sinar pendek yang berasal dari ruang angkasa.

Kalau telomere mengalami disfungsi, maka ancaman kanker menjadi sangat besar, karena pembelahan sel menjadi tidak terkendali.

Tidak semua orang bisa bertahan menghadapi serangan kanker, apalagi kalau sudah pada stadium 3 atau 4.

120. Hidung

Ada hidung mancung, kalau mancung pasti kedepan, bukan kebelakang.

Ada hidung pesek, lawan dari mancung.

Ada hidung bangir, bentuknya enak dilihat.

Ada hidung bawang, bentuknya seperti bawang merah, juga disebut hidung merah.

Ada hidung betet, bentuknya seperti paruh burung betet.

Ada unjuk hidung, artinya memperlihatkan diri, hadir dalam suatu pertemuan.

Ada hidung hasil operasi plastik, bentuknya tergantung dari pilihan yang bersangkutan.

Yang gawat adalah hidung bekas suntikan silikon, sereeeeeem, seperti hidung milik nenek lampir. Wkwkwk...

Ada lagi yang disebut hidung mekar, tidak hanya pantat yang bisa mekar.

Hidung akan mekar semakin lebar kalau merasa semakin terbuai oleh umpakan atau pujian yang menggiurkan.

Kalau hidung belang artinya sangat suka mengganggu wanita baik-baik, yah sekelas dengan casanova begitulah.

121. Sok

Ada yang sok aksi, maunya tampil keren meskipun dompet cekak.

Ada yang sok kaya, biarpun kantong kempes bergaya punya banyak duit.

Ada yang sok cantik, penampilan minim namun mau jadi artis.

Ada yang sok genit, selalu berusaha untuk memikat lawan jenis, meskipun sudah harus dilelang.

Ada yang sok suci, ingin terlihat seperti orang suci, padahal dosanya bertumpuk-tumpuk tidak terhitung.

Ada yang sok jujur, padahal tukang tipu, punya hutang dimana-mana.

Ada yang sok kuat, sudah loyo ingin jadi seperti superman.

Ada yang sok pintar, sekolah tidak lulus-lulus, ngakunya sudah jadi sarjana.

Ada yang sok dermawan, padahal pelitnya setengah modar.

Ada yang sok muda, umur sudah diatas 50-an, gayanya seperti ABG.

Ada yang sok gaul, pura-pura sudah kenal lama, padahal baru saja kenalan.

122. Pesta Kawin

Tadi malam saya menghadiri pesta kawin yang luar biasa. Bapak dan ibunya berpakaian seperti kaisar zaman dulu, zaman dinasti Chin atau Han di Tiongkok.

Pengantin pria datang berpakaian seperti pejabat, naik kuda sungguhan, bukan mainan. Pengantin wanita datang naik tandu, diiringi sepasang kilin (barongsai). Ramai sekali.

Dilaksanakan dalam gedung kuno Chandranaya, tamunya berpakaian cheongsam atau chipau, sekalian mengucapkan selamat tahun baru Imlek, karena belum lewat capgomeh.

Musiknya juga tradisional Tiongkok, begitupun lagu-lagunya. Hidangannya lengkap, mewah, kelas hotel bintang lima.

Yang pasti biayanya mahaal sekali, sangat unik. Menghadiri pesta perkawinan sekaligus nonton wayang orang. Hehehe

Tamunya banyaak sekali, ada yang datang dari dalam kota, dalam negeri atau luar negeri.

Memang enak jadi orang berada, semuanya serba ada.

123. Tantangan

Tantangan untuk anak satu tahun yang mulai belajar jalan adalah keberanian untuk melakukan langkah pertama. Adanya ayah dan

ibu yang menuntun dan menjaga dengan penuh kasih akan membuat si anak berani, tanpa takut jatuh.

Tantangan untuk mahasiswa adalah lulus menjadi sarjana, kalau bisa dengan *summa cum laude*. Apa bisa?

Tantangan untuk dosen adalah mendidik mahasiswanya agar lebih pandai dari dirinya. Rasanya kok susah banget.

Tantangan untuk pertapa Sidharta adalah hidup sulit di dalam hutan, karena sudah terbiasa untuk hidup mewah dalam istana. Rumah tidak ada, ranjang tidak ada, kamar mandi tidak ada, pelayan tidak ada, dapur tidak ada, istri tidak ada, meja makan tidak ada, semuanya tidak ada; kalau beliau tidak bisa melewati tantangan ini, tidak akan pernah ada Buddha Gotama! Saya tidak tahu apakah dulu disana banyak nyamuk, apakah banyak binatang buas, apakah ada gua untuk tempat berlindung kalau turun hujan?

Tantangan untuk Buddha Gotama adalah membabarkan Dhamma kepada mereka yang hanya memiliki sedikit debu di matanya, agar bisa mencapai tingkat-tingkat kesucian. Itupun karena bujukan Brahma Sahampati.

Tantangan untuk kita adalah mencapai tingkat sotapana sebelum ajal, supaya tidak terlahir di alam-alam apaya, supaya tidak lagi melakukan garuka kamma, supaya suatu saat pasti mencapai tingkat Arahata.

Kalau masih senang berkelana ke alam-alam apaya dipersilakan untuk melanggar sila setiap hari tiga kali. Wkwkwk...

124. Senjata Nonkonvensional

Singapura dan Malaysia pasti kewalahan kalau kita serang dengan asap, dulu Sun Go Kong juga tidak tahan melawan asap, matanya pedih kemerahan.

Beberapa ratus tahun yang lalu, Inggris menyerang Tiongkok dengan candu, candu membuat orang Tionghoa menjadi ketagihan dan lemah dalam berperang, dan akhirnya kalah telak.

Ribuan tahun yang lalu ada seorang perempuan cantik yang menyerang dengan senyuman, namanya Ong Chiau Kun. Tembok kota bisa runtuh karenanya, hehehe...

Ada yang menyerang dengan suara, ada suara bujukan yang membuat lawan menyerah, atau suara dengan gelombang rendah, sehingga benteng kota bisa runtuh.

Dalam kisah *Helen of Troy*, pasukan Yunani menyerang benteng pertahanan Troya dengan boneka kuda kayu yang sangat besar, isinya adalah tentara yang diselundupkan kedalam kota.

Dalam cerita silat, jarum bisa dipakai sebagai senjata, racun juga sering dipakai sebagai senjata.

Emas, perhiasan atau uang juga bisa dipakai sebagai senjata, yaitu untuk menyuap mata-mata.

Yang mungkin paling sering adalah serangan guna-guna atau santet, karena susah untuk dibuktikan secara hukum.

125. Harapan

Ada pemuda harapan bangsa, yaitu harapan agar para pemuda berjuang untuk kemerdekaan bangsa Indonesia.

Ada pemudi harapan pemuda, harapan agar si pemudi mau dijadikan istri pendamping yang setia dan berbudi.

Ada pejabat harapan rakyat, harapan agar si pejabat berlaku lurus dan jujur selama menjadi pamong praja, bukan memperkaya diri dengan aji mumpung.

Ada anak harapan orangtua, harapan agar kelak si anak menjadi orang berguna, mandiri, proaktif dan berbakti kepada orangtua.

Ada orangtua harapan anak, harapan agar orangtua dapat membesarkan anak dengan benar sehingga anak menjadi dewasa dan berkepribadian utama.

Ada juara harapan, diharapkan suatu saat akan berhasil menjadi juara sungguhan.

Ada harapan kosong, yang diharap-harap ternyata tidak pernah

terlaksana.

Ada putus harapan, atau putus asa, biasanya berakhir dengan bunuh diri, pikirnya mungkin mati lebih enak daripada hidup. Wkwkwk...

Ada harapan hidup, di Indonesia angka harapan hidup adalah 72 tahun, kalau bisa lebih namanya dapat bonus.

126. Nalanda

Pada abad ke-7, kampus Nalanda yang luas di provinsi Bihar, isinya sekitar 10.000 orang, 1500 orang adalah para dosen, 8500 adalah para mahasiswa dari berbagai penjuru dunia, diserbu. Seluruh civitas akademiknya dibunuh, gedungnya dihancurkan dan dibakar habis. Menurut catatan sejarah, penyerbunya adalah orang Turk.

Pada waktu itu Nalanda adalah mercusuar ilmu pengetahuan, hampir semua jurusan diajarkan disana. Mahasiswanya datang dari berbagai penjuru dunia. Bahasa pengantarnya adalah bahasa Sansekerta.

Para calon mahasiswa dari utara yang mau kuliah ke Nalanda belajar bahasa Sansekerta dulu di Sriwijaya. Setelah lulus jadi sarjana mereka kembali mampir ke Sriwijaya untuk menerjemahkan buku-buku dari bahasa Sansekerta kedalam bahasa mereka sendiri dan terus naskahnya dibawa pulang.

Setelah 2000 tahun kemudian, Nalanda belum bisa bangkit lagi seperti dulu. Memang sudah ada usaha untuk itu, namun belum berhasil sepenuhnya. Yang ada sekarang adalah puing-puing peninggalan masa lalu.

Menghancurkan memang lebih mudah daripada membangun. Sesungguhnya civitas akademika di kampus Nalanda pada waktu itu tidak usah dibunuh, karena mereka semuanya tidak bersenjata dan tidak merupakan ancaman bagi siapapun. Tragiiis.

127. Cukup Satu

Sudah lama perusahaan-perusahaan membuat banyak pembukuan, ada yang dua, ada yang tiga, ada yang empat, bahkan ada yang lima. Yang pusing pasti akuntan publiknya.

Untuk kantor pajak untungnya sangat sedikit, untuk pinjam uang di bank untungnya sangat banyak, untuk diri sendiri untungnya sesuai dengan nominal, untuk pemegang saham untung tidak begitu banyak. Wkwkwk...

Sesungguhnya dengan hanya membuat satu pembukuan, suasana kerja akan jauh lebih nyaman dan tentram, karena tidak dikejar-kejar oleh rasa bersalah, juga tidak perlu suap ke kiri dan ke kanan untuk tutup mulut. Kalau tidak percaya boleh dibuktikan sendiri, apalagi kalau sudah tbk alias *go public*.

Dengan suasana kerja yang lebih tenang, maka hasil produksi akan naik, kinerja seluruh karyawan akan meningkat, sehingga keuntungan perusahaan juga akan lebih banyak, dan akhirnya pembagian deviden akan lebih tinggi nilainya. Silakan kalau mau dicoba.

128. Masalah yang Bikin Pusing

Ada suami yang bikin masalah, makin kaya makin sombong, suka tambah istri, maklumlah uangnya sudah banyak.

Ada istri yang bikin masalah, dandanannya seperti anak ABG, padahal umur di atas 50 tahun.

Ada anak bikin masalah, tidak mau akur dengan saudara sendiri.

Ada sopir bikin masalah, sering nyolong bensin dan onderdil, hutangnya makin lama, makin numpuk.

Ada pembantu bikin masalah, sering pacaran dengan tukang ojek, pekerjaannya terlantar.

Ada penyakit bikin masalah, sesudah kena *stroke* tidak bisa bebas jalan-jalan seperti dulu.

Ada teman kongsi yang bikin masalah, karena tidak jujur, kerjanya cuma

menggelapkan uang perseroan.

Ada teman yang bikin masalah, kalau pinjam uang tidak mau mengembalikan.

Ada bos yang bikin masalah, kerjanya cuma marah-marah setiap hari, dan pelitnya minta ampun.

Ada anak buah bikin masalah, kerjanya bolos melulu, alasannya seribu satu. Wkwkwk...

Mana ada hidup tanpa masalah???

129. Duta Bahagia

Duta Dhamma (Dharma) adalah duta bahagia, karena setelah mengerti Dhamma orang akan lebih bahagia, terutama yang telah mencapai tingkat-tingkat kesucian.

Setelah Buddha Gotama dua kali memberikan kotbah Dhamma, kelima orang pertapa mencapai tingkat arahat. Luar biasa.

Setelah 60 orang murid-Nya mencapai tingkat arahat, Buddha Gotama mengirimkan mereka semua ke semua penjuru, harus berjalan sendiri-sendiri, tidak boleh berdua-dua atau berkelompok. Tujuannya hanya satu, yaitu membuat orang lain berbahagia dengan memahami dan mempraktikkan Dhamma. Bukan merekrut mereka untuk menjadi siswa Buddha, bukan "mencari" anak domba yang hilang.

Setelah lebih dari 2600 tahun, Buddha Gotama sudah parinibbana, para arahatpun mungkin sudah susah dicari, praktik Duta Dhamma masih jalan terus. Orang-orang yang mau belajar Dhamma masih banyak, orang-orang yang berusaha menjadi Duta Dhamma juga cukup banyak, hanya mungkin sekarang yang menjadi Duta Dhamma belum mencapai tingkat arahat, jadi mutunya pasti lebih rendah.

Siapa yang mau jadi duta bahagia atau Duta Dhamma? Yang pasti lebih baik daripada menjadi duta derita, yang membuat orang lain lebih menderita dengan menyesatkan pandangan mereka.

130. Sebutan

Ada pendeta yang tidak mau dipanggil romo. Ada juga rohaniwan yang tidak mau dipanggil pendeta. Mengapa diperdebatkan?

Asal kata pendeta mungkin pandita, yang artinya orang pandai. Romo artinya bapak, dari bahasa Jawa. Pandita Magabudhi dipanggil romo pandita, itu namanya borongan. Hehehe

Sebutan untuk bhikkhu adalah bhante, yang artinya guru. Sebutan untuk Buddha Gotama adalah Bhagava atau Tathagata.

Santo berasal dari kata santa, yang artinya orang suci, berasal dari bahasa Pali, bukan Latin.

Ada yang panggil ibunya biung, mamah, ibunda, mom, nyokap, mother, dan lain sebagainya.

Ada yang panggil bapaknya romo, ayahanda, bokap, papi, papah, pap, dan lain sebagainya.

Sebutan untuk pria ada banyak: bung, bapak, tuan, meneer, om, bos, dan seterusnya.

Sebutan untuk wanita juga ada banyak: madam, nona, nyai, nyi, ibu, tante, zus, nyonya, puan, dan seterusnya.

Sebutan untuk anak: ananda, nak, sayang, mungil, dan seterusnya.

131. Tidak Tahu

Ketika baru menikah, suami dan istri tidak tahu bisa hidup sampai usia berapa.

Ternyata ketika anaknya berusia 9 tahun, si istri meninggal dunia. Dan ketika si anak berusia 18 tahun, si suami menyusul meninggal dunia. Si anak yang sekolah hanya sampai sekolah menengah ditinggal begitu saja tanpa warisan dan tanpa bekal. Sementara sanak keluarga kurang peduli, karena sibuk masing-masing.

Sungguh berat bagi si anak untuk hidup sendiri, ia harus bekerja sendiri untuk mencari makan. Untung masih ada orang baik yang memberi pekerjaan kepadanya, dan karena tidak ada bimbingan, ia sampai terjerumus menggunakan obat terlarang.

Si anak juga tidak tahu bahwa pada usia 9 tahun ibunya akan meninggal dunia dan pada usia 18 tahun ayahnya menyusul meninggal dunia.

Memang kita semuanya tidak tahu akan mati umur berapa, karena memang tidak bisa diramalkan.

Yang kita tahu hanya satu, bahwa pada suatu saat semua orang harus mati. *Say good bye* kepada dunia ini.

132. Yang Lebih Banyak Belum Tentu Menang

Pada akhir dinasti Chin dan awal dari dinasti Han kisah dibawah ini terjadi:

Xiang Yu hanya punya tentara 70.000 orang, namun ia bisa mengalahkan Chang Han yang memiliki tentara 400.000 orang.

Han shin hanya punya 20.000 orang tentara, ia juga bisa mengalahkan Jenderal andalan dari Xiang Yu yang memiliki tentara 200.000 orang.

Didalam pertempuran atau perkelahian ada yang disebut taktik atau strategi, disamping itu masih ada motivasi untuk menang.

Setelah menyebrangi sungai, semua kapal pasukan Xiang Yu dibakar, sehingga tidak ada jalan mundur. Tanpa jalan mundur hanya bisa maju, kalau tidak mau mati ya harus memenangkan perang!

Han Shin membawa pasukannya membelakangi danau, juga tidak ada jalan mundur, ia meniru taktik atau strategi dari Xiang Yu.

Katanya orang yang nekat bisa mengeluarkan tenaga berlipat kali, sama seperti kalau dikejar anjing gila kita bisa melompati kali yang lebarnya 3 meteran. Hehehe

133. Mania

Ada erotomania – waham bahwa pasien memiliki seorang kekasih, bisa ada atau tanpa memiliki hubungan khusus dengan yang bersangkutan.

Ada kleptomania – tidak dapat menahan keinginan untuk mencuri.
Ada pyromania – dorongan untuk membakar, senang melihat api berkobar.
Ada lypemania – bisa berkembang menjadi gangguan afektif bipolar.
Ada mythomania – dorongan untuk berbohong atau berdusta.
Ada trichotilomania – dorongan untuk mencabuti rambut sendiri.
Ada hipomania – afek yang riang, merasa *on the top of the world*.
Ada megalomania – merasa diri sendiri yang paling hebat atau paling besar, tiada bandingannya.

134. Nyamuk

Nyamuk yang menularkan penyakit DHF (*Dengue Hemorrhagic Fever*) atau demam berdarah adalah *Aedes Aegypti*, kakinya belang-belang, biasanya menggigit manusia di siang hari.

Nyamuk yang menularkan penyakit Chikungunya adalah hampir sama dengan yang diatas, namanya *Aedes Albopictus*.

Nyamuk yang menularkan penyakit malaria adalah jenis *Anopheles*, sejak zaman dulu masih belum bisa tuntas diberantas oleh manusia.

Nyamuk yang menularkan virus *West Nile* adalah *Culex*, nyamuk rumah yang biasa ngingung-ningung berseliweran dari got sampai kamar tidur.

Yang paling berbahaya adalah nyamuk pers, karena bisa membuat seorang pemimpin terjungkal dari kursinya yang empuk. Kalau nyamuknya bisa baca tulis, kita boleh tulis didepan pintu: "Nyamuk dilarang masuk!"

135. Obat Dewa

Selama ini yang disebut obat dewa adalah kortikosteroid, maksudnya dalam upaya mengurangi rasa sakit akibat serangan rematik. Banyak obat bebas yang secara diam-diam ditambahkan kortikosteroid (tidak dicantumkan) supaya lebih manjur. Efek

sampingnya sudah jelas, antara lain adalah *moon face*, tulang pada keropos, hipertensi, dan seterusnya.

Sekarang ada obat dewa yang kedua, yaitu cellfood, terutama untuk mengobati kasus-kasus terminal. Misalnya kaki yang sudah busuk mau diamputasi pada penderita diabetes bisa sembuh, dan tidak perlu dioperasi lagi. Untuk kasus kanker stadium 4 katanya bisa disembuhkan dengan minum satu botol sehari (30 cc). Pasien koma yang sudah berbulan-bulan tidak sadar, bisa sadar kembali setelah diinfus dengan cairan cellfood. Pasien jantung tidak perlu pasang ring setelah mengonsumsi cellfood dengan teratur.

Harganya memang rada mahal, yaitu sekitar 500.000 rb per 30 cc, tetapi rasanya untuk menyelamatkan jiwa tidak ada yang terlalu mahal.

Obat dewa ini dibuat dari buah-buahan dan sayuran-sayuran, yang dijadikan ekstrak. Rasanya sangat asam, sehingga harus diencerkan dalam air sebelum diminum.

Tulisan ini tidak untuk dipercaya, tetapi boleh dicoba kalau sudah tidak ada cara lain.

136. Pelanggaran

Ada pelanggaran peraturan, demi uang suap, peraturan yang ada diabaikan, kalau ketahuan bisa kena tegur.

Ada pelanggaran hukum, ada pasalnya, dan kalau terbukti bisa dibawa ke pengadilan untuk dijatuhi hukuman kurungan atau denda.

Ada pelanggaran kode etik, yang ini hukumannya datang dari profesi masing-masing dan dari masyarakat.

Ada pelanggaran perjanjian, buntutnya ya tidak dipercaya lagi, reputasi rusak.

Ada pelanggaran sumpah, kalau yang melanggar adalah anggota legislatif, lain kali jangan dipilih lagi.

Ada pelanggaran sopan santun atau tata krama, cukup dengan minta maaf dan berjanji untuk tidak mengulangi lagi.

Ada pelanggaran rambu-rambu lalu lintas, kalau dilanggar bisa berbahaya bagi diri sendiri maupun orang lain.

Biasanya yang suka melanggar apa saja angka pada skala 4 (*psychopathic deviate*) grafik MMPI sangat tinggi, bisa dites kapan saja. Apabila ditambah dengan peninggian pada skala 9, maka itu tanda memiliki *criminal tendency*.

137. Ego

Ego adalah konsep diri pribadi, konotasinya netral.

Egois adalah sifat mementingkan diri sendiri, konotasinya jelek atau negatif. Semakin egois artinya semakin mementingkan diri sendiri, juga berarti tanggung jawab sosialnya semakin rendah, kepeduliannya kepada orang lain juga semakin rendah.

Super ego adalah bagian batin yang menyimpan hal-hal yang baik, misalnya larangan agama, peraturan, norma, nasihat, tabu, ketentuan moral, dan lain sebagainya. Disebut juga sebagai hati nurani atau kata hati. Seseorang yang antisosial atau psikopat, super egonya sangat tipis atau hampir tidak ada. Adalah kewajiban dari orangtua dan lingkungan untuk menanamkan super ego pada anak, yaitu menjauhkan anak dari kejahatan dan mendorong anak untuk berbuat baik.

Ego strength adalah kekuatan ego, kalau nilainya rendah artinya tidak percaya diri, mundur teratur kalau digebrak atau dibentak. Kalau nilainya tinggi artinya cukup atau sangat percaya diri, namun kalau terlalu tinggi jadi terlalu percaya diri atau takabur. (nilai normalnya pada grafik MMPI adalah 45-55, dibawah 30 artinya sangat tidak percaya diri, dan 61-65 artinya cukup percaya diri).

Berapa skor skala Es (*egostrength*) anda pada grafik MMPI?

138. Human Trafficking

Menculik anak orang, lalu dijual kepada orang lain yang mau membelinya adalah salah.

Menyekap anak gadis dibawah umur, kemudian dikirim

ketempat pelacuran atau keluar negeri untuk dijadikan wanita penghibur adalah salah.

Sejak 2600 tahun yang lalu, Buddha sudah menganjurkan kepada para murid-Nya untuk tidak berdagang makhluk hidup, termasuk perbudakan atau yang sejenis.

Rupanya setelah ribuan tahun, kejahatan yang satu ini masih tetap dilakukan, para pelakunya mungkin tidak mengenal hukum karma, juga tidak takut kepada yang di atas.

Tidak peduli dengan penderitaan orang lain, demi mendapatkan uang banyak dalam waktu singkat dan tanpa kerja keras.

Para penegak hukum seharusnya bertindak lebih tegas, jangan sampai mau disuap oleh mereka. Kalau sampai mau disuap artinya juga ikut terlibat dalam kejahatan tersebut.

Yang aneh, diantara para pelakunya ada yang pensiunan penegak hukum. Wkwkwk...

Mungkin karena sudah mengerti seluk beluk hukum, jadi tahu caranya supaya tidak terjerat oleh hukum.

139. Sifat-Sifat Positif

Ada orang yang setia, meskipun atasannya keliru tetap diikuti. Apa boleh dibilang goblok?

Ada orang yang jujur, dimana saja, kapan saja, dalam situasi apa saja, hanya mengatakan apa adanya.

Ada orang yang adil, kalau terlalu adil, bisa-bisa menjadi tidak adil, maunya sama rata dan sama rasa. Susaaah.

Ada orang yang bijaksana, tahu mana yang lebih penting dan mana yang kurang penting, tahu mencari jalan keluar (solusi) dari segala masalah yang dihadapinya.

Ada orang yang sopan, sikapnya selalu merendah, kata-katanya selalu lemah lembut, meskipun hatinya mau meledak.

Ada orang yang rajin, bangun lebih pagi dan tidur lebih malam, tidak pernah protes, kerja, kerja dan kerja.

Ada orang yang sabar, meskipun diejek dan dihina, hatinya tetap dingin dan wajahnya tetap adem tersenyum.

Ada orang yang pandai, cepat menangkap pelajaran, cepat menghafal pelajaran, kalau terlalu pandai jadi keblinger,

Ada orang yang suci, pikirannya bersih, ucapan bersih, perbuatannya juga bersih. Bersih semuanya.

Apakah bisa satu orang memiliki semuanya???

140. Sadar

Sigmund Freud meniru Buddha Gotama, yaitu menggunakan alam sadar untuk mengatasi konflik bawah sadar dari masa lalu; lebih memilih terapi psikoanalisa daripada hipnosis.

Masalahnya sangat sederhana, sugesti yang diberikan ketika orang sedang dihipnotis pasti kalah berkesan, kalah mendalam atau kalah berbekas dibandingkan dengan pengalaman yang sesungguhnya terjadi di masa lalu. Efek terapi yang diperoleh barangkali tidak bisa bertahan lama, suatu saat trauma dari luka lama akan muncul lagi.

Dengan meditasi selama kurang dari satu jam, gelombang otak masih bisa bertahan pada gelombang alfa, namun kalau lebih lama, mungkin gelombang otak akan menurun, frekuensinya dan pindah ke gelombang theta. Pada saat itulah pintu masuk ke alam bawah sadar atau tidak sadar mulai terbuka.

Terdapat rekaman peristiwa yang tidak terhitung banyaknya di dalam alam tidak sadar otak kita, ada yang menyenangkan dan ada yang tidak menyenangkan, ada yang menggembirakan dan ada yang menyedihkan, ada yang menambah semangat dan ada yang menjatuhkan semangat, ada yang bagus dan ada yang buruk. Semuanya itu terhimpun dari pengalaman hidup yang tidak terhitung banyaknya, bisa ribuan, puluhan ribu, bisa ratusan ribu, bisa jutaan atau bisa triliunan kali.

Mengapa kita susah mengingatnya? Mungkin jawaban yang paling mendekati adalah karena batin kita masih sangat kotor. Ibarat kaca yang sangat kotor tidak bisa tembus pandang.

141. Alasan yang Salah

Seorang perokok berat tidak mau berhenti merokok, dengan alasan agar pabrik rokok tidak ditutup.

Pengendara mobil mewah buang sampah secara sembarangan, dengan alasan agar tukang sapu jalan ada kerjaan.

Sepasang pengantin masuk ke ruang pesta kawin terlambat 15-20 menit, dengan alasan agar tamunya sudah berkerumun lebih banyak.

Seorang penjudi tidak mau berhenti berjudi, dengan alasan agar bandar judinya tidak jadi pengangguran.

Setelah adiknya lahir, seorang anak sengaja ngompol lagi, dengan alasan agar orangtuanya lebih peduli kepadanya.

Sesudah pensiun, seorang suami malas bekerja lagi, dengan alasan agar digantikan oleh istrinya dalam hal mencari uang untuk hidup.

Seorang laki-laki kawin lagi, dengan alasan agar istri tuanya cemburu dan lebih sayang kepadanya.

Seorang istri tidak mau masak, dengan alasan agar restoran tidak ditutup.

Di dunia ini banyak sekali alasan yang salah, namun dipertahankan dengan mati-matian. Wkwkwk...

142. Tamu

Enam agama yang diakui oleh pemerintah semuanya pendatang atau tamu, ada yang datang lebih dulu, dan ada yang datang belakangan.

Agama Hindu dan Buddha datang paling awal, sekitar abad pertama atau kedua.

Agama Islam datang sekitar 500 tahun yang lalu, sedangkan agama Kristen datang sekitar 350 tahun yang lalu.

Agama Kong Hu Cu, mungkin sudah datang ratusan tahun yang lalu, sebenarnya sudah diakui oleh pemerintah pada tahun 1966, namun baru beberapa tahun yang lalu eksistensinya lebih menonjol.

Sebelumnya mungkin sudah ada agama lokal, yaitu animisme dan dinamisme, yang mungkin masih eksis sebagai kepercayaan atau keyakinan dari etnik tertentu.

Tidak semua tamu suka membujuk-bujuk, tidak semua tamu bersikap galak dan suka mengancam. Dengan adanya globalisasi, semakin banyak jenis tamu yang datang, juga dengan berbagai atribut dan variasinya.

Agama yang terbaik adalah agama yang dapat membuat kita menjadi lebih baik dan berbahagia. Dengan adanya internet, sekaligus media sosial yang sangat luas jaringannya, maka semua data dan berita menjadi lebih mudah diakses oleh siapa saja, sehingga karakteristik dari setiap agama yang ada menjadi sangat mudah untuk dibandingkan.

143. Serigala Berbulu Domba

Didalam dunia bisnis, ada pengusaha yang berkarakter serigala berbulu domba.

Kalau ada teman bisnis sedang sempoyongan atau keleyengan karena tidak bisa bayar hutang, bukannya dibantu, namun dijebak, buntutnya sudah jelas, perusahaannya dicaplok bulat-bulat. Kalau *greedy* sudah berbicara, maka teman, kenalan, sampai keluargapun disikat semuanya, termasuk yang satu agama atau satu keyakinan. Wkwkwk

Bapaknya disebut serigala tua, anaknya disebut serigala muda, sama-sama serigala, sama-sama sangat rakus dan serakah. Kolom agama di KTP mereka seharusnya ditulis "duit".

Karena berbulu domba, bagi yang kurang waspada memang mudah tertipu. Tentu mula-mula mulutnya manis, semanis madu, lama-lama bisa lebih pahit dari empedu. Mengeluarkan air mata darah juga percuma, curhat kepada siapapun tidak ada gunanya, karena saking licik dan licinnya mereka pasang jebakan, semuanya berlangsung secara *lege artis*, sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Anda sudah menebak siapa orangnya?

144. Ego strength

Dari 184 calon karyawan ternyata *Ego strength*-nya :

- 4,3% sedikit di atas rata-rata
- 27,17% rata-rata
- 11,4% sedikit di bawah rata-rata
- 22,8% di bawah rata-rata
- 9,2% jauh di bawah rata-rata
- 19,56% sangat jauh di bawah rata-rata

(dites pada awal tahun 2013)

Dengan *ego strength* yang dibawah rata-rata, dipastikan orangnya tidak mungkin memiliki *leadership* yang dapat diandalkan.

Ego strength (Es) adalah rasa percaya pada diri sendiri, secara teori masa pemupukannya terjadi pada anak adalah antara usia 6 sampai 12 tahun (menurut Freud termasuk fase laten, sedangkan menurut Erikson masuk dalam fase industri).

Apabila skor pada skala Es-nya rendah, nyalinya mudah menjadi ciut, tidak berani mempertahankan pendiriannya, begitu ditentang langsung mundur teratur, dan seterusnya.

Untuk menjadi pemimpin, Es paling sedikit harus rata-rata (nilainya 45-55 pada grafik MMPI), kalau bisa di atas rata-rata. Berapa skor pada skala Es Anda?

145. Tuntut Warisan Membunuh Orangtua

Sepasang suami istri yang berusia diatas 70 tahun telah dibunuh oleh anak kandung dan menantunya sendiri. (baca : Kompas Minggu hari ini, 2 Maret 2013)

Perhiasan emas 20 gram dan sertifikat rumahnya dirampas dan dibawa kabur.

Membunuh orangtua sendiri adalah perbuatan durhaka yang luar biasa, disebut sebagai garuka akusala kamma. Akan berakibat

terlahir di alam neraka avici selama 1 kalpa. Neraka avici adalah neraka yang paling bawah dan paling mengerikan siksaannya.

Setelah masuk neraka, nanti setelah terlahir sebagai makhluk manusia atau makhluk lainnya, pasti akan pendek umur dan mati tersiksa sekian ribu kali.

Tidak ada peristiwa yang berdiri sendiri, si orangtua yang terbunuh oleh anak kandung dan menantunya sendiri pada kehidupan yang dulu-dulu pasti pernah melakukan perbuatan jahat yang sejenis.

Hukum karma bekerja tanpa pandang dulu, tidak ada pengampunan sama sekali. Tidak pernah meleset dan selalu adil.

146. Terpendam

Ada lagu asmara terpendam, sebuah lagu lama yang dimulai dengan kata "Jauh malam hari, bulan bintang sepi," "

Ada juga amarah terpendam, yang mengendap lama jauh didalam sanubari.

Dengan tes MMPI tidak ketemu, di-interview tidak mau mengaku, ternyata dengan *stress analyzer* baru muncul. Garis emosinya mentok habis disebelah kanan.

Seorang istri yang tidak suka dimadu, namun tidak berani menentang suaminya untuk kawin lagi, hanya bisa memendam rasa pahitnya dalam-dalam. Yang paling mudah tentu menanamkan rasa benci atau amarahnya dalam batin anak-anaknya yang masih kecil. Sesudah dewasa si anak rupanya masih menyimpan rasa negatif itu, yaitu amarah yang terpendam.

Mana ada istri yang sukarela bersedia untuk dimadu? Apalagi istri mudanya ada dua orang. Saat ini si suami cari uang untuk menafkahi dua istri mudanya, sedangkan istri tua disokong oleh anak-anaknya. Apakah ada yang salah?

Ban dalam yang ditiup terus menerus suatu saat akan meletus.

POJOK KOMENTAR

Tahun ini saya sudah 47 tahun menjadi upasaka, sekaligus berusaha untuk memajukan agama Buddha di Indonesia sesuai dengan kemampuan saya. Dibawah ini ada beberapa komentar dari teman-teman yang sudah puluhan tahun mengenal saya dari dekat.

Lilayanti : Waktu yg cukup panjang untuk berjuang tanpa lelah dan pengorbanan yg tidak terbatas. Salut dan hormat untuk Romo.

Suriyadhammo : Pengabdian tiada henti. Berbuat kebajikan tidak ada batasan usia. Fisik boleh menurun dimakan usia tapi semangat tak kenal usia. Semoga semua makhluk berbahagia

Senopati Halim : Sungguh luar biasa Romo, waktu yang tidak sedikit, berjuang untuk mengembangkan agama Buddha selama 47 tahun, yang boleh dikatakan masih harus perlu diikuti oleh tokoh Buddhis lainnya demi perkembangan agama Buddha supaya lebih cepat lagi..dan tentunya harus diiringi dengan inovasi/terobosan-terobosan baru agar bisa diminati umat Buddha khususnya maupun yang akan tertarik mau masuk ke agama Buddha. Saran saya (kalau boleh dikatakan) agar masyarakat Buddhis memiliki lebih banyak sekolah-sekolah Buddhis yang berkualitas, yang dikenal oleh masyarakat umum, dan yang diminati oleh umatnya sendiri..nah inilah yang seharusnya dipikirkan oleh para pandita/tokoh agama, agar agama Buddha bisa lebih pesat berkembang melalui pendidikan... Semangat terus dan berjuang demi kemajuan Buddha Dhamma, Romo dr. R.Surya Widy.... Pengabdianmu adalah harapan semua umat Buddha.. Semoga semua makhluk berbahagia..

Bing: “Betapa sulitnya untuk menjadi orang baik”. Kadang perkataan itu sering kita jumpai. Dengan tidak menyakiti orang apakah sudah bisa dikatakan menjadi orang baik ? Yah minimal seperti itulah yang dikatakan orang baik oleh kebanyakan orang, minimal sudah mengurangi 1 penjahat di negeri ini. Bagi saya sesungguhnya tidaklah cukup hanya dengan tidak menyakiti pihak lain, tapi kontribusi apa yang sudah kita kerjakan dan dapat bermanfaat bagi banyak orang? Itulah yang saya amati terhadap sosok yg saya kenal, sebagai teman, kakak, dokter dan Romo Pandita, sepak terjang yang dilakukan sejak muda/ dari mahasiswa sampai dengan menjadi dokter Jiwa dan bekerja di RS Jiwa di Magelang sampai sekarang yang sudah pensiun, kiprah pengabdian di Vihara, dan di organisasi Buddhis sudah puluhan tahun lamanya. Beberapa rekan menyebutnya orang yang keras kepala, kaku, dan terkesan galak . Padahal itu adalah bagian dari komitmennya. Itulah konsekwensi yang dihadapi dari seorang pengabdian Dhamma yang sudah memberikan kontribusi lebih dari setengah hidupnya, dan bermanfaat bagi orang banyak. Berbahagialah bagi yang mengerjakan sebuah pengabdian. Anumodana.

Bram Hastho : 47 tahun sudah sebagai upasaka, mengabdikan demi Dhamma, dan kemanusiaan, dalam suka duka, perjuangan yang memerihkan, namun juga dalam menuai buah yang manis dari hasil pengabdian, sehingga banyak orang mendapatkan manfaat dari kerja keras anda, semoga selalu sehat dan bahagia romo R Surya Widya SpKJ, sahabat dan guru Dhammaku, majulah selalu dalam Dhamma, membawa terang Dhamma dalam dunia.

Lauw Acep : Karya 47 tahun sudah dirasakan dalam sejarah perkembangan agama Buddha di Indonesia, berdirinya STAB pertama di Indonesia yg menghasilkan lulusan yang telah terbukti berkontribusi dalam pengajaran agama Buddha (menjadi guru), menjadi pimpinan sekolah, menjadi pejabat di pemerintahan, dan berhasil

mengembangkan agama Buddha melalui organisasi keagamaan kepanditaan yang membina umat Buddha di seluruh Indonesia. Sehingga dapat disampaikan kepada bumi Indonesia "Inilah yang telah dilakukan", Selamat mengabdikan sampai akhir hayat !

Sudir Padmo : Pertama saya ucapkan rasa hormat yang setulus-tulusnya. Kedua untuk penulisan buku yang ke 10, dan semoga tetap dilanjutkan, karena setiap saat ada proses pencerahan kepada orang lain tentu memberikan manfaat kepada kedua belah pihak. Sebagai pejuang Dhamma sangat perlu diikuti jejaknya. Anumodana

Saryanti Syarif : Selamat atas pengabdian bapak terhadap Buddha Dhamma. Bijaksanalah dalam melihat dan memutuskan suatu persoalan agar umat menjadi bijaksana juga.

Buyung Wahab : Empat puluh tujuh tahun sebagai upasaka dan mengabdikan untuk kemajuan Buddha Dhamma di tanah air, bukanlah pencapaian yang mudah. Pasti sudah banyak jalan berlubang yang berhasil dilalui, banyak jalan berkelok yang berhasil dilewati, banyak tembok yang sudah berhasil dilompati, dengan segala usaha dan upaya luar biasa. Yang pasti, sudah banyak vihara dan cetiya yang dibangun di seantero Indonesia oleh peran serta Romo dr. Surya Widya selama masa pengabdian beliau ini, selain sekolah tinggi Buddhis, maupun pelatihan-pelatihan Buddhis untuk umat Buddha termasuk para mahasiswa, umat baru, termasuk sebagai dosen di beberapa universitas ternama di Jakarta, dan sebagai salah satu pendiri Keluarga Mahasiswa Buddhis Jakarta (KMBJ), salah satu anggota pengurus awal Majelis Agama Buddha Theravada Indonesia (Magabudhi), mantan Kepala Badan Pengurus Harian Perwalian Umat Buddha Indonesia (Walubi) sebelum badan tersebut berubah menjadi Walubi baru (Perwakilan Umat Buddha Indonesia). Dan juga, pasti sudah susah dihitung jumlah pasangan Buddhis yang dikawinkan oleh beliau secara Buddhis. Kalau

ditulis semua keberhasilan dan jasa beliau di sini, rasanya berpuluh halamanpun tidak akan cukup untuk itu. Selain itu, Romo dr. R. Surya Widya terkenal tidak segan turun langsung ke lapangan membantu umat maupun vihara yang membutuhkan bantuan beliau, baik dari segi moral maupun materil di dalam maupun di luar kota. Begitu pun, beliau masih bisa menyempatkan diri “*take good care of his family*”, memberikan cinta kasih dan kasih sayang kepada keluarga dan menjaga dengan baik keharmonisan keluarganya, termasuk memberi contoh teladan dalam menghormati kedua orang tua beliau yang juga tidak kalah besar jasanya untuk kemajuan Buddha Dhamma di tanah air, sambil juga berolah raga menjaga kebugaran tubuh, mengajarkan orang lain untuk hidup sehat dengan latihan wai tan kung di vihara, dan beliau sendiri pelatihnya. Sungguh tepat, dan sungguh tidak berlebihan kalau saya mengatakan bahwa Romo dr. R. Surya Widya ini adalah salah satu manusia langka di muka bumi ini pada saat ini. Dalam peringatan 47 Tahun beliau sebagai upasaka dan pengabdian dalam Buddha Dhamma, saya ucapkan banyak terima kasih atas semua jasa beliau, dan Selamat Mengabdi Tiada Henti kepada Romo dr. R. Surya Widya, dan semoga kesehatan, kesejahteraan, dan usia panjang senantiasa mengikuti beliau sampai mencapai kebahagiaan tertinggi Nibbana. Sadhu, sadhu, sadhu. Oleh: Buyung Wahab, yang beruntung menjadi murid Romo dr. R. Surya Widya sejak 1979. Richmond, BC-Canada, 15 Agustus 2014

Mettadewi : Saya salut dan kagum kepada Romo yang rela meluangkan waktu yang sangat berharga untuk mengabdikan demi perkembangan agama Buddha di Indonesia, seperti memelopori berdirinya Mapanbudhi (skrg Magabudhi), STAB Nalanda, YADI (yayasan Abdi Dhamma Indonesia), Karuna Mitta, dll. Dengan berdirinya lembaga-lembaga tsb, sudah banyak umat Buddha yang terbantu dan terselamatkan. Dengan adanya STAB Nalanda, saya dapat mengikuti kuliah disana, sehingga saya memiliki pengetahuan Dhamma yang benar, sesuai kitab suci Tipitaka Pali. Dengan adanya Magabudhi,

saya dapat turut memabarkan Dhamma, memotivasi umat Buddha untuk turut mengabdikan melalui Magabudhi, dll. Dengan adanya YADI, saya bisa mendapat dana utk menyelenggarakan kursus-kursus yang diadakan oleh Magabudhi. Dengan adanya Karuna Mitta, saya pernah mendapat bantuan ketika rumah kami di Jakarta dilanda banjir besar. Ya saya berharap, semoga Romo dan keluarga sehat, sejahtera, dan bahagia dalam Buddha Dhamma.

Komalasari Sidarta Putra: Siapa yang tidak kenal sosok Keluarga Widya ini, di kalangan Umat Buddha Indonesia, nama R.Surya Widya sudah tidak asing lagi bagi kita semua, terutama jasanya dalam memelopori berdirinya VTBS - di Kelapa Gading ini, perjuangan dan pengabdian dalam memajukan perkembangan Agama Buddha selama 47 tahun itu bukan waktu yang sedikit. Boleh dibilang dua pertiga (2/3) dari kehidupannya dihabiskan untuk kepentingan dan perkembangan Buddha Sasana. Hal ini sudah menjadi bagian dari hidupnya dan sudah mendarah daging, suatu hal yang tidak bisa dipisahkan satu dengan yang lainnya. *He is born to be a Dhamma Server.* Beliau selalu siap dan senang hati melayani permintaan setiap umat yang membutuhkan misalnya pemberkatan perkawinan, pemberkatan rumah, pembacaan paritta untuk orang sakit, serta aktifitas sosial lainnya. Dengan berbagai ragam peran dan profesi yang telah dilakukannya dari mulai sebagai Guru Meditasi, Dosen Agama Buddha, Dhamma Duta, Dokter Jiwa, Narasumber di berbagai acara dan seminar, tentu tidak terlepas peranannya sebagai seorang suami, ayah atau kakek. Hingga kini beliau masih aktif berperan dalam kegiatan-kegiatan tersebut di atas. Luar Biasa!!

Dalam hal bimbingan meditasi, pengarahan serta bimbingan beliau amat sangat bermanfaat dan berpengaruh terhadap perilaku orang lain, termasuk saya sendiri. Saya dibesarkan dalam keluarga Buddhist, meditasi bukanlah sesuatu yang baru bagi saya, tapi sejak saya mengikuti latihan meditasi di VTBS, saya baru benar-benar mengerti dan

menghayati dengan benar tujuan dan manfaat meditasi. Sehingga membawa banyak perubahan-perubahan dalam hidup saya kearah positif.

Bukan itu saja beliau juga banyak memberi inspirasi dan masukan yang mudah diterima serta pembabaran Dhammanya membuat orang lain bertambah yakin terhadap Buddha Dhamma (Saddha kita semakin kuat). Di samping ide-ide beliau seolah-olah tidak pernah akan ada habisnya. Sesuatu hal yang tidak dimiliki orang lain. Demikianlah tanggapan dan gambaran saya mengenai sosok R. Surya Widya. Mohon maaf bila ada kata-kata saya yang kurang berkenan. Teruslah berkarya dan mengabdikan demi perkembangan Buddha Sasana untuk kebahagiaan semua makhluk.

UCAPAN TERIMA KASIH KEPADA :

Dewi
Kartinah
Lanny Widya
Andri & Vina
Aivie & Aislynn
Lianawati Kurniawan
Azwi Jenie
Diany Widya
Mitta & Jeta
Linda
Liana
Tommy D Surya
Tusita Wijaya
Triwulan Handayani
Yoyong Haryono
Lianawati
Imelda Emilia D
Youce Trisna
Nulyani
Sugiarto
Heru
lin Saridewi Suteja
Liana Sari
Goei Gwat Sian
Mutia S
Ali F Siauw
Arya Tjahyadi
Djonny Wiguna
Mettasari
Hioe Fung Kian
Cynthia Halim
Baruna Sujud
Yong Yen
Kimmey Nawaty
Karolina
Liza Fung le
Solni
Joceline & Andreas
Wilson, Jason

Joe Huey Beng
Vimala Puspita
Sak Liung
Maria
Mawar
Budiharto Yoshoda
Gunawan Sutardi
Agus Gozali
Ariyananda P
Suwanto Atjing
Hioe Richard
Meigawati Tandra
Riyani Atmodiwiryo
Susi Ardhani
Dharmawan Nurtanto
Chaixia (Ekarosita)
Irwan Darmawan
Soanny W.
Sapta & Hanny
Kai & Kalin
Shinta
Tommy DS
Ang Chandra
Yani Dharma
Tjoe Lie Moi
Liong Shienny
Irwan Darmawan
Eka Rosita
Ellen Oey
Merta Ada
Akwet Sugiman
Bun On Siu
Lie Siu Yun
Parmin Muksin
Lila Wowor
Teng Njoek Son
Suwito
Medya Jana
Rossana Jana & Sukiman

Titin Nengsih
Yayasan Dharma Putera
Dharma K Widya
Handi Irawan
Buyung Wahab
Kiagus Bambang
Daniel Johan
Chrisnawaty
Nanda Widya & Kel.
Linda Kusuma Dewi
Lilayanti
Om Bing
Leony
Winnie Widya
Rudy & Yunita
Arianne
Hertina
Ronny Kusnadi
Siwie Honoris
Ruslin Soetanto
Yulia
Aditya Widya
Yanti Trianawati
Chai Tjahyadi
Handojo Kusnadi
Wenny Lo
Camellia D
Lie Thiam Lan
Fanny Lioe
Rosalind
Benny Chikung Teratai Putih
Martini L, Wihardi & Tonny
Indra Widjaya
Suherman Murtanu
Subur Hardjono
Sudarsono
Mutia Setiawan
Titin Nengsih

Anumodana

Thanks 

**Jasa dari mencetak buku ini semoga melimpah kepada
sanak keluarga yang telah meninggal dunia,
yang nama-namanya tertera di bawah ini :**

Alm. Gautama Widya (Chung Ya Chen) Alm. Indra Djaja
Alm. Lie A Kon & Alm. Albert, Alex, Aileen, Ade
Almh. Tjong Tjun Njong Alm. Tjoa Tjiok Seng
Alm. Chung Hoy Nyan & Almh. Lie Soei Nio
Almh. Lim Epot Nio Alm. Tjoa Kian
Almh. Meme Es Almh. Lie Giok Kim Nio
Alm. Chung Lien Hwee Alm. Een Suhendra
Almh. Chung Kim Moy Alm. Dharma Lawas
Almh. Chung Hong Nio Almh. Ratna Budhi Arama
Almh. Chung Yun Moy Almh. Mudhita Lawas
Almh. Chung Lie Hwa Alm. Adibrata Jana
Alm. Chung Chung Fie Almh. Ang Kiem Nio
Alm. Lie Tjun Kwie Almh. Nadi Ratna
Alm. Lie Sem Kwie Alm. Ong Yan Hong &
Alm. Lie Yen Kwie Almh. Liem Annie Nio
Alm. Lie An Kwie Alm. Khang Yu Lai
Almh. Lie Kap Njong Alm. Holip Susanto
Almh. Lie Kie Njong Alm. Acit
Almh. Lie Sin Moy Alm. Lauw Jet Kam
Almh. Thio Bit Nio Alm. Lie Sie Kim
Alm. Lie An Ton Almh. Helianty Muksin
Alm. Lie Kie Tong Alm. Gunadi Limartha
Alm. Souw Soe Tjiang Almh. Norita Hartanto
Almh. Lie Oey A Lian Alm. Alexander Wowor
Alm. Ong Tjay Goan & Almh. Emma Pangemanan
Almh. Lie Sim Nio Alm. Ong Yan Hong &
Alm. Ong Sun Liang Almh. Liem Annie Nio
Alm. Tan Kim Djoe & Alm. Kwa Seng Koen
Almh. Ong Tjin Nio Almh. Ang Ong Nio
Alm. Oey Kim Lian & Alm. Yo Tjun Eng
Almh. Ong Tjin Hwa Almh. Lin Tjian Nio
Alm. Ong Soen Huat Alm. Tan Heow Tjoen &
Almh. Ong Tjin Kiok Almh. Lim E Hwa
Almh. Tjioe Be Tie Almh. Lay Kang Jun &
Alm. Henk Tankilisan Alm. Jong Kie Seng
Almh. Liang Ing Kiauw Alm. Jong Khong Hin
Almh. Tjia Wu Tjauw

**Semoga semuanya berbahagia dan terlahir kembali
di alam-alam bahagia.
Sadhu, sadhu, sadhu....**